

**PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK MODELING UNTUK
MENGURANGI PERILAKU PROKRASTINASI PADA SISWA
SMK BM TAMANSISWA MEDAN T.P 2025/2026.**

SKRIPSI

*Disusun Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh :

Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056



UMSU

Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**



**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.umstu.ac.id> E-mail: fkip@umstu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026

| Tanggal | Materi Bimbingan Skripsi | Paraf | Keterangan |
|---------------|---|-------|------------|
| 02 Maret 2026 | Perbaikan Bab IV Murnjai tahapan layanan | | |
| 09 Maret 2026 | Perbaikan Bab IV Murnjai tahap Pembintukan dan Kiralihan | | |
| 19 Maret 2026 | Perbaikan Bab III Murnjai tahapan Kegiatan dan Pembathiran | | |
| 30 Maret 2026 | Perbaikan Bab IV Murnjai E/Valuas dan Hasil siklus II | | |
| 04 April 2026 | Perbaikan Bab IV pinyapan tidak lanjut ke siklus berikutnya kita perbaikan Bab V (kumpulan dan saran), daftar pustaka, abstrak, dan lampiran. | | |
| 06 April 2026 | ACC Bab IV dan V serta Persetujuan sidang | | |

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Medan, Maret 2026
Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.



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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026." adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan yang sebenarnya.

Medan, Maret 2026

Hormat Saya

buat pernyataan,



Aulia Kristina Sitompul



BERITA ACARA

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



Panitia Ujian Sarjana Strata-I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Sabtu, Tanggal 18 April 2026, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:


Nama Mahasiswa : Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan T.P 2025/2026

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


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

PANITIA PELAKSANA

Ketua


Dra. Hj. Samsuurnita, M.Pd.


Sekretaris



Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS, M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.
2. Deliaty, S.Ag., S.Pd., M.Ag.
3. Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026

sudah layak disidangkan.

Medan, Maret 2026

Disetujui oleh:

Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons.

Diketahui oleh:

Dekan

Dra. Hj. Syamsusurnifa, M.Pd.

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.

ABSTRAK

Aulia Kristina Sitompul, 2202080056. “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026.” Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan 2025/2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dalam upaya mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026. Perilaku prokrastinasi merupakan kecenderungan siswa menunda penyelesaian tugas akademik yang dapat berdampak pada menurunnya tanggung jawab belajar, kedisiplinan, serta prestasi akademik siswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya bimbingan dan konseling yang tepat untuk membantu siswa mengatasi perilaku tersebut. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari tujuh siswa yang teridentifikasi memiliki kecenderungan perilaku prokrastinasi. Pelaksanaan intervensi dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling, yaitu teknik yang menekankan proses belajar melalui pengamatan dan peniruan terhadap perilaku model yang ditampilkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling mampu membantu siswa memahami dampak negatif dari perilaku menunda tugas, meningkatkan kesadaran diri, serta menumbuhkan sikap disiplin dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas akademik. Melalui kegiatan diskusi kelompok, pemberian contoh perilaku positif, serta proses pengamatan terhadap model, siswa menunjukkan perubahan perilaku yang lebih positif dan mampu mengurangi kecenderungan prokrastinasi dalam kegiatan belajar.

Kata kunci: Prokrastinasi, Layanan Bimbingan Kelompok, Teknik Modeling.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji beserta syukur Alhamdulillah peneliti sampaikan kepada Allah SWT yang mana Allah telah memberikan nikmat dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dalam bentuk yang sederhana dengan judul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026.”

Skripsi ini di susun guna melengkapi tugas-tugas dalam memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada program Strata-1 di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Peneliti menyadari pada penyusunan skripsi ini tentunya tidak luput dari berbagai kekurangan dan kesulitan. Tetapi, berkat bantuan orang tua, keluarga, teman-teman, serta dosen pembimbing sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik mungkin. Dalam kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan ribuan terimakasih buat ketiga orang tua peneliti, teristimewa mama tersayang **Nurmasni** terimakasih atas rasa cinta dan kasih sayang yang tidak pernah ada habisnya untuk doa yang tiada hentinya serta memberikan dukungan sepenuhnya atas semua pilihan yang peneliti ambil baik itu dukungan secara moral ataupun material. Sebagaimana Ali bin Abi Thalib menitipkan pesan, “tiada kekayaan yang lebih utama dari pada akal, tiada keadaan yang lebih menyedihkan daripada kebodohan, dan tiada warisan yang lebih baik daripada pendidikan”.

Dalam kesempatan ini Peneliti juga menyampaikan ucapan terimakasih sedalam dalamnya kepada :

1. Bapak **Prof Dr. Agussani, M.AP.**, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
2. Ibunda **Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd.**, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
3. Bapak **M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.**, selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
4. Ibunda **Dr. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog** selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara.
5. Bapak **Asbi, S.Pd., M.Pd. Kons** selaku Dosen Pembimbing saya yang telah banyak membantu saya dalam penulisan skripsi ini. Makasih yah pak untuk arahannya, sabarnya, waktunya, ilmunya, motivasinya. Semoga di setiap langkah bapak banyak hal baik yang menyertai bapak.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, terimakasih untuk ilmu yang telah diberikan mulai dari semester awal hingga akhir.
7. Pengawai dan Staf Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara atas kelancaran dan proses administrasi.
8. Ibunda **Dra. Emilia** selaku Guru Bimbingan dan Konseling SMK BM Tamansiswa Medan yang udah selalu bersedia membantu peneliti dalam proses pelaksanaan penelitian ini.

9. Kepada **Anggi Tamalia Sitompul S.Pd** dan **M Dwingga Nugraha Sitompul** selaku saudari/a kandung saya tercinta terimakasih sudah menjadi sumber semangat untuk peneliti dan mempercayai adik kecil kalian ini, semoga kita menjadi anak yang membanggakan buat mama amin.
10. Terkhusus **M Amar Ma'ruf** terimakasih telah hadir di tengah-tengah hitam putih nya kehidupan saya kemudian memberi warna di setiap harinya, terimakasih sudah menguatkan, dari semua gemuruh dan hujan yang datang dan pergi.
11. Untuk sahabat secircle perdobean, **Alika, Dedek, Ria**, terimakasih sudah menjadi tempat berbagi cerita, tawa, dan air mata, serta menguatkan saya dengan doa, dukungan juga kebersamaan yang menjadi penyemangat, Love you guys, tetap absurd dan solid terus!
12. **Lidya Anastasiya Sitompul, Fitri Yasmin Samaria Lubis, dan Clara Anastasya Gultom**, teman yang sudah menjadi keluarga bagi saya terimakasih telah menemani perjalanan panjang ini, dan makasih motivasi yang di berikan selama penyusunan skripsi ini.
13. Terakhir buat **Aulia Kristina Sitompul**, ya! diri saya sendiri, terimakasih sudah tetap berjalan menghadapi tantangan, menyelesaikan tanggung jawab Seperti kata dr. Andreas Kurniawan “ kamu mungkin takut, tapi kamu siap.”

Medan, Januari 2026
Penulis,

Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI..... | v |
| DAFTAR TABEL..... | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 1.2 Fokus Penelitian..... | 6 |
| 1.3 Rumusan Masalah | 6 |
| 1.4 Tujuan Penelitian | 6 |
| 1.5 Manfaat Penelitian | 6 |
| 1.5.1 Manfaat Teoretis | 7 |
| 1.5.2 Manfaat Praktis | 7 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 8 |
| 2.1 Kerangka Teoritis..... | 8 |
| 2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok | 8 |
| 2.1.1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok | 8 |
| 2.1.1.2 Manfaat Bimbingan Kelompok..... | 9 |
| 2.1.1.3 Tujuan Bimbingan Kelompok..... | 11 |
| 2.1.1.4 Asas-asas Bimbingan Kelompok | 12 |
| 2.1.1.5 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok | 14 |
| 2.1.1.6 Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok | 15 |
| 2.1.2 Teknik Modeling..... | 18 |
| 2.1.2.1 Pengertian Teknik Modeling..... | 18 |
| 2.1.2.2 Tujuan Teknik Modeling | 20 |
| 2.1.2.3 Manfaat Teknik Modeling | 23 |
| 2.1.2.4 Prinsip Dasar Modeling | 25 |
| 2.1.2.5 Langkah-Langkah Pelaksanaan Modeling..... | 26 |
| 2.1.3 Perilaku Prokrastinasi..... | 28 |
| 2.1.3.1 Pengertian Perilaku Prokrastinasi | 28 |
| 2.1.3.2 Penyebab Perilaku Prokrastinasi..... | 29 |
| 2.1.3.3 Ciri-Ciri Perilaku Prokrastinasi..... | 30 |
| 2.1.3.4 Dampak Perilaku Prokrastinasi..... | 31 |
| 2.1.3.5 Penanganan Perilaku Prokrastinasi | 32 |
| 2.1.3.6 Dimensi dan Indikator Perilaku Prokrastinasi | 33 |
| 2.2 Penelitian Yang Relevan..... | 34 |
| 2.3 Kerangka Konseptual | 36 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 39 |
| 3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian | 39 |
| 3.1.1 Lokasi Penelitian | 39 |
| 3.2 Subjek dan Objek..... | 40 |
| 3.2.1 Subjek | 40 |
| 3.2.2 Objek..... | 40 |
| 3.3 Definisi Operasional Variabel..... | 41 |

| | |
|---|-----------|
| 3.4 Instrumen Penelitian..... | 42 |
| 3.5 Teknik Analisis Data..... | 45 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 49 |
| 4.1 Temuan Penelitian..... | 49 |
| 4.1.1 Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan | 50 |
| 4.1.2 Perilaku Prokrastinasi Belajar yang Tinggi pada Siswa Kelas XI SMK BM Tamansiswa Medan | 55 |
| 4.1.3 Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Belajar Pada Siswa Kelas XI SMK BM Tamansiswa Medan | 58 |
| 4.2 Pembahasan..... | 80 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 89 |
| 5.1 Kesimpulan | 89 |
| 5.2 Saran..... | 90 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Kerangka Konseptual..... | 38 |
| Tabel 3.1 Jadwal Rencana Kegiatan | 39 |
| Tabel 3.2 Data siswa SMK BM Tamansiswa Medan | 40 |
| Tabel 3.3 Jumlah Objek Siswa Kelas XI..... | 41 |
| Tabel 3.4 Pedoman Observasi..... | 43 |
| Tabel 3.5 Pedoman Wawancara untuk Guru BK..... | 44 |
| Tabel 3.6 Pedoman Wawancara untuk Siswa | 44 |
| Tabel 4.1 Hasil Observasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok ... | 68 |
| Tabel 4.2 Hasil Observasi Perilaku Prokrastinasi Siswa dalam Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling | 74 |
| Tabel 4.3 Hasil Observasi Peneliti pada Siklus I | 85 |
| Tabel 4.4 Hasil Observasi Peneliti pada Siklus II..... | 87 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 01 Daftar Riwayat Hidup..... | 94 |
| Lampiran 02 Dokumentasi..... | 95 |
| Lampiran 03 Wawancara Guru BK..... | 97 |
| Lampiran 04 Wawancara Siswa..... | 99 |
| Lampiran 05 Observasi | 101 |
| Lampiran 06 RPL..... | 103 |
| Lampiran 07 Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) | 104 |
| Lampiran 08 Instrument Evaluasi Proses Bimbingan Kelompok | 105 |
| Lampiran 09 Evaluasi Hasil | 106 |
| Lampiran 10 Surat Izin Riset | 107 |
| Lampiran 11 Surat Balasan | 108 |
| Lampiran 12 K1 | 109 |
| Lampiran 13 K2 | 110 |
| Lampiran 14 K3 | 111 |
| Lampiran 15 Berita Acara Bimbingan Proposal | 112 |
| Lampiran 16 Berita Acara Seminar..... | 113 |
| Lampiran 17 Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal | 114 |
| Lampiran 18 Surat Keterangan Bebas Pustaka | 115 |
| Lampiran 19 Turnitin..... | 116 |

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu proses pembelajaran yang dirancang secara sistematis dengan tujuan membimbing siswa dalam mengenali jati diri serta mengembangkan potensi yang dimilikinya, baik dalam aspek pengetahuan, sikap, moralitas, maupun keterampilan, sehingga terbentuk siswa yang berkarakter, berintelektual, dan bertanggung jawab. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menegaskan bahwa setiap siswa wajib mengikuti proses pembelajaran sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Dengan demikian, pendidikan tidak hanya dimaknai sebagai proses akademik semata, tetapi sebagai sarana pembentukan karakter siswa secara menyeluruh.

Sejalan dengan hal tersebut, pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam pembentukan karakter siswa karena melalui proses pendidikan siswa diarahkan untuk mencapai perkembangan yang optimal. Pendidikan tidak hanya berfokus pada penguasaan pengetahuan, tetapi juga bertujuan memperkuat karakter, kedisiplinan, serta wawasan siswa terhadap berbagai aspek kehidupan. Penerapan pendidikan diarahkan untuk meningkatkan harkat dan martabat siswa, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Dengan demikian, pendidikan bertujuan memajukan kehidupan bangsa yang berlandaskan iman, ketakwaan, akhlak mulia, serta kemampuan pengendalian diri yang kuat.

Untuk mewujudkan tujuan pendidikan tersebut, diperlukan peran lembaga pendidikan formal yang terstruktur dan sistematis. Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang menjadi pusat berlangsungnya kegiatan pembelajaran dan pengajaran. Sekolah berperan sebagai tempat siswa membangun kedisiplinan, tanggung jawab, serta kebiasaan belajar yang teratur. Seluruh program pendidikan yang telah dirancang akan dilaksanakan melalui kegiatan pembelajaran di sekolah. Melalui proses tersebut, transfer dan transformasi pengetahuan dapat terlaksana secara efektif dengan siswa sebagai subjek utama dalam proses pembelajaran.

Dalam konteks sekolah sebagai pusat pembelajaran, siswa menempati posisi yang sangat strategis. Siswa merupakan subjek pendidikan yang terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran di lembaga formal dengan kewajiban mengikuti proses belajar yang terstruktur dan sistematis. Pada tahap perkembangannya, siswa memerlukan bimbingan, pengalaman belajar, serta lingkungan yang kondusif guna mengoptimalkan kemampuan akademik, sosial, dan kepribadian. Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) umumnya berada pada rentang usia 15–18 tahun yang termasuk dalam fase remaja akhir dan ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang cukup signifikan.

Kondisi perkembangan tersebut menempatkan siswa SMK pada situasi yang penuh tantangan. Siswa SMK dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik dan praktik kejuruan yang relatif tinggi. Kondisi tersebut menuntut siswa untuk mampu mengelola waktu, mengendalikan diri, serta mempertahankan komitmen belajar secara konsisten. Namun, ketidakmampuan siswa dalam mengelola tuntutan tersebut sering kali memunculkan perilaku belajar yang kurang adaptif, salah

satunya adalah perilaku prokrastinasi, yaitu kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik meskipun siswa menyadari bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan dampak negatif.

Perilaku prokrastinasi menjadi permasalahan yang serius apabila terjadi secara berulang. Prokrastinasi merupakan perilaku menunda pengerjaan tugas yang dilakukan secara sengaja untuk menghindari tugas yang dianggap sulit, membosankan, atau menuntut usaha yang lebih besar. Menurut Pamungkas (2021), perilaku prokrastinasi berkaitan dengan rendahnya kontrol diri, lemahnya motivasi belajar, serta kesulitan siswa dalam mengatur waktu secara efektif. Perilaku ini mencerminkan kurangnya tanggung jawab siswa terhadap kewajiban akademik dan apabila dibiarkan dapat berdampak pada penurunan prestasi belajar serta terbentuknya kebiasaan belajar yang kurang positif.

Fenomena yang menjadi perhatian dalam penelitian ini berkenaan dengan munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan yang terlihat dalam keseharian proses pembelajaran di sekolah. Perilaku tersebut tercermin dari kebiasaan siswa menunda penyelesaian tugas, mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan, serta belum mampu memanfaatkan waktu belajar secara optimal. Situasi ini menggambarkan rendahnya tanggung jawab siswa dalam memenuhi kewajiban akademiknya, yang pada akhirnya berdampak pada kurang optimalnya proses pembelajaran dan belum tercapainya kompetensi belajar siswa secara maksimal.

Gambaran kondisi tersebut diperkuat melalui hasil pengamatan peneliti selama pelaksanaan Program Lapangan Persekolahan (PLP) 3 di SMK BM

Tamansiswa Medan pada tanggal 4 Agustus 2025. Selama kegiatan tersebut, peneliti menemukan adanya perilaku prokrastinasi akademik yang berulang pada sejumlah siswa, terutama dalam penyelesaian tugas praktik dan laporan. Siswa cenderung menunda pengerjaan tugas dan baru melaksanakannya setelah mendapat teguran dari guru.

Keadaan ini tidak hanya berdampak pada capaian akademik siswa, tetapi juga memengaruhi proses pembentukan karakter disiplin dan tanggung jawab belajar yang belum berkembang secara optimal. Kondisi ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara tujuan pendidikan sekolah dalam membentuk siswa yang disiplin dan bertanggung jawab dengan perilaku belajar siswa di lapangan. Keadaan tersebut tidak hanya berdampak pada capaian akademik siswa, tetapi juga memengaruhi proses pembentukan karakter disiplin dan tanggung jawab belajar yang belum berkembang secara optimal.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam mengatasi permasalahan perilaku belajar siswa. Penelitian Sutanto dan Marlina (2022) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan komitmen akademik dan tanggung jawab belajar siswa, meskipun belum mengintegrasikan teknik modeling dalam pelaksanaannya. Sementara itu, Hidayat (2023) menemukan bahwa teknik modeling efektif dalam meningkatkan kedisiplinan dan perilaku belajar positif siswa, namun penerapannya belum secara khusus dilakukan dalam konteks bimbingan kelompok maupun difokuskan pada permasalahan prokrastinasi siswa SMK.

Untuk memperkuat efektivitas tersebut, diperlukan upaya yang lebih terarah untuk mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Layanan ini merupakan bagian dari layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam situasi kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sarana diskusi, refleksi, dan pembelajaran bersama dalam mengatasi permasalahan belajar siswa.

Layanan bimbingan kelompok menjadi relevan karena memberikan ruang interaksi yang positif antar siswa. Sejalan dengan hal tersebut, Amara dan Jamila (2023) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa dalam situasi kelompok dengan memanfaatkan interaksi antaranggota sebagai sarana pengembangan sikap dan perilaku positif. Layanan ini dirancang dan difasilitasi oleh konselor untuk membantu siswa memahami diri, mengembangkan sikap positif, serta membentuk perilaku belajar yang lebih adaptif.

Agar pelaksanaan bimbingan kelompok berjalan lebih efektif, diperlukan penggunaan teknik yang tepat. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terdapat berbagai teknik yang dapat digunakan, salah satunya adalah teknik modeling. Teknik modeling menekankan proses belajar melalui pengamatan dan peniruan terhadap perilaku model yang ditampilkan. Melalui teknik ini, siswa memperoleh contoh konkret mengenai perilaku belajar yang disiplin, bertanggung jawab, serta mampu mengelola waktu secara efektif, sehingga diharapkan dapat mengurangi perilaku prokrastinasi dalam kegiatan akademik.

Berdasarkan keseluruhan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026.”**

1.2 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini diarahkan pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, dengan penerapan teknik modeling, dan upaya mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

1.3 Rumusan Masalah

Sejalan dengan fokus penelitian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dalam upaya mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling sebagai upaya mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026.”

1.5 Manfaat Penelitian

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat, baik secara praktis maupun teoretis:

1.5.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya terkait penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling sebagai upaya untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi dan dasar pengembangan penelitian selanjutnya dengan topik serupa.

1.5.2 Manfaat Praktis

A. Bagi Guru BK: hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman dalam merancang serta melaksanakan layanan bimbingan kelompok secara lebih efektif melalui penerapan teknik modeling.

B. Bagi Siswa: penelitian ini diharapkan membantu siswa menyadari dampak negatif dari perilaku menunda tugas dan mendorong mereka untuk lebih disiplin serta bertanggung jawab terhadap kegiatan akademik.

C. Bagi Sekolah: hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling serta mendukung pembentukan karakter positif siswa.

D. Bagi Peneliti: penelitian ini memberikan pengalaman langsung dalam menerapkan teori bimbingan kelompok dan teknik modeling di lapangan, serta memperluas wawasan peneliti mengenai strategi intervensi dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Teoritis

2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok

2.1.1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada beberapa peserta secara simultan melalui proses interaksi kelompok yang terstruktur. Layanan ini memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media untuk memberikan bantuan, menyampaikan informasi, serta memfasilitasi dialog sehingga anggota dapat mengeksplorasi berbagai persoalan yang berkaitan dengan aspek perkembangan diri, akademik, maupun masalah sosial yang mereka alami. Rahmawati dan Nugroho (2022) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok memungkinkan peserta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam melalui pertukaran pengalaman dan adanya dukungan sosial yang tumbuh selama proses interaksi.

Dalam praktiknya, layanan ini dilaksanakan melalui berbagai aktivitas seperti diskusi, refleksi, pemecahan masalah, serta penyampaian materi oleh konselor dengan tujuan meningkatkan kesadaran diri, mengembangkan potensi, dan membantu siswa menghadapi permasalahan secara lebih efektif. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa hubungan antar anggota kelompok memiliki peran penting dalam memperkuat proses perubahan perilaku karena peserta merasa lebih dihargai dan dipahami (Wijaya & Hamzah, 2024).

Selain berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, bimbingan kelompok juga menyediakan ruang bagi siswa untuk saling memberikan dukungan,

berbagi pengalaman, dan membangun pemahaman diri melalui diskusi yang sistematis. Lestari et al. (2023) menegaskan bahwa melalui interaksi kelompok, siswa dapat meningkatkan kemampuan sosial, memperluas sudut pandang, serta merumuskan strategi yang lebih tepat dalam mengatasi berbagai masalah.

Layanan ini juga memberikan kesempatan bagi peserta untuk mengenali diri sendiri maupun orang lain melalui proses interaksi yang intensif dan kolaboratif. Peran konselor dalam layanan ini adalah sebagai fasilitator yang menjaga alur diskusi, menciptakan suasana yang aman dan nyaman, serta membantu anggota kelompok menggali makna dari pengalaman yang dibahas (Putra & Suryani, 2021). Dengan demikian, konselor tidak hanya berfungsi sebagai pemberi informasi, tetapi juga sebagai pengarah proses pemahaman dan pertumbuhan siswa.

Secara umum, layanan bimbingan kelompok dapat dipahami sebagai pendekatan intervensi yang memanfaatkan interaksi kelompok untuk membantu individu memahami permasalahan, mengembangkan diri, dan menemukan solusi secara bersama. Dalam konteks penelitian ini, layanan bimbingan kelompok memiliki peran penting dalam upaya menurunkan perilaku prokrastinasi pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan, karena melalui proses kelompok siswa dapat lebih memahami pola menunda tugas dan mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk melakukan perubahan perilaku.

2.1.1.2 Manfaat Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok memiliki peran penting dalam mendukung individu untuk tumbuh secara pribadi, memahami berbagai permasalahan yang dihadapi, serta memperoleh dukungan sosial melalui proses interaksi dengan

anggota kelompok. Salah satu manfaat utamanya ialah terciptanya lingkungan yang aman sehingga siswa dapat menyampaikan gagasan, perasaan, dan pengalaman tanpa rasa takut atau tekanan. Interaksi yang terjadi memungkinkan anggota kelompok saling bertukar pengalaman yang relevan, sehingga proses pembelajaran berlangsung secara kolaboratif dan bermakna. Penelitian menunjukkan bahwa pertukaran pengalaman tersebut dapat memperkuat rasa keterhubungan antar anggota dan mengurangi rasa sendiri yang sering muncul ketika seseorang menghadapi masalah secara individual (Rahmawati & Nugroho, 2022).

Selain itu, bimbingan kelompok berkontribusi dalam meningkatkan berbagai keterampilan sosial seperti komunikasi, kemampuan mendengarkan, serta kerja sama. siswa yang aktif dalam diskusi kelompok cenderung mampu memecahkan masalah dengan lebih efektif karena mereka mendapatkan berbagai perspektif dan strategi baru. Hal ini membantu siswa memahami bahwa setiap masalah dapat diselesaikan melalui pendekatan yang berbeda dan mendorong fleksibilitas berpikir (Lestari et al., 2023).

Manfaat penting lainnya adalah meningkatnya kesadaran diri. Melalui refleksi dan diskusi, siswa diajak mengevaluasi perilaku, sikap, dan nilai yang dianut, sehingga mereka dapat mengenali kekuatan dan kelemahan pribadi. Kesadaran diri tersebut merupakan dasar bagi perubahan perilaku yang lebih adaptif dan konstruktif (Wijaya & Hamzah, 2024). Selain aspek internal, bimbingan kelompok juga memberikan keuntungan eksternal berupa dukungan sosial dari teman sebaya. Dukungan tersebut dapat meningkatkan motivasi, keberanian melakukan perubahan, serta mempermudah proses adaptasi. Ketika siswa merasa

dipahami dan tidak sendirian, tekanan psikologis dapat berkurang dan mendorong mereka untuk lebih terbuka dalam proses perubahan (Putra & Suryani, 2021).

Dalam konteks sekolah, layanan bimbingan kelompok dapat membantu siswa mengatasi berbagai masalah seperti stres akademik, motivasi yang rendah, serta perilaku yang tidak adaptif. Siregar (2021), dosen Bimbingan dan Konseling UMSU, menyatakan bahwa bimbingan kelompok memiliki nilai strategis karena interaksi dan proses saling belajar di dalam kelompok dapat mempercepat perubahan perilaku serta memperdalam pemahaman diri siswa.

2.1.1.3 Tujuan Bimbingan Kelompok

Tujuan bimbingan kelompok tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah yang sedang dihadapi peserta, tetapi juga diarahkan untuk mendorong perkembangan aspek pribadi dan sosial secara lebih optimal. Layanan ini dirancang guna membantu individu memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai diri sendiri serta permasalahan yang muncul melalui proses interaksi yang terjadi dalam kelompok. Melalui diskusi dan eksplorasi pengalaman, siswa didorong untuk mengenali pola perilaku yang mereka miliki, memahami faktor yang memengaruhi perilaku tersebut, serta merumuskan strategi yang lebih adaptif dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan.

Dalam konteks pendidikan, bimbingan kelompok memiliki peran strategis dalam memperkuat keterampilan sosial siswa yang diperlukan untuk berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sekolah maupun masyarakat. Keterampilan seperti empati, kemampuan komunikasi, kerjasama, dan kemampuan menghargai

perbedaan merupakan kompetensi yang dapat berkembang melalui pengalaman kelompok (Lestari et al., 2023).

Selain itu, layanan ini bertujuan menumbuhkan sikap reflektif pada siswa. Melalui proses diskusi yang terarah, siswa diajak meninjau kembali pengalaman pribadi, memahami makna dari setiap kejadian, serta menilai cara pandang yang selama ini mereka gunakan. Kemampuan refleksi tersebut merupakan dasar penting bagi munculnya pemahaman diri yang lebih dalam dan pergeseran perilaku menuju arah yang lebih positif (Rahmawati & Nugroho, 2022). Tujuan lain yang tak kalah penting adalah membangun keberanian siswa dalam mengekspresikan diri. Dalam suasana kelompok yang aman dan mendukung, siswa dapat menyampaikan pikiran dan perasaan tanpa rasa takut atau kekhawatiran akan penilaian. Hal ini sangat bermanfaat terutama bagi individu yang memiliki kesulitan dalam mengungkapkan diri atau menghadapi masalah yang tidak mudah dibagikan secara individual.

Menurut Siregar (2021), bimbingan kelompok bertujuan memfasilitasi perkembangan personal dan sosial siswa melalui pengalaman belajar yang bersifat kolaboratif. Dengan demikian, layanan ini tidak hanya membantu penyelesaian masalah, tetapi juga berkontribusi dalam membangun kompetensi dasar yang diperlukan siswa untuk menghadapi tuntutan akademik dan kehidupan sosial.

2.1.1.4 Asas-asas Bimbingan Kelompok

Bimbingan dan konseling memiliki layanan yaitu, bimbingan kelompok yang memerlukan dasar-dasar asas yang menjadi fondasi pelaksanaannya. Asas-asas ini memastikan layanan berjalan efektif, mencapai tujuan, dan menghindari gangguan dalam prosesnya (Khoiriyah, 2023). Terdapat 12 asas utama yang harus diterapkan

dalam bimbingan dan konseling, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan, dan tut wuri handayani. Asas-asas ini saling terkait dan mendukung pelaksanaan bimbingan dan konseling yang efektif di sekolah.

1. Kerahasiaan: Asas ini mewajibkan pembimbing untuk menjaga kerahasiaan semua data dan informasi tentang siswa, sehingga privasi mereka terlindungi sepenuhnya.
2. Kesukarelaan: Jika kerahasiaan telah terbangun dengan baik, siswa akan secara sukarela mencari bantuan pembimbing untuk mengatasi masalah mereka.
3. Keterbukaan: Efektivitas bimbingan dan konseling bergantung pada suasana terbuka, di mana siswa dan konselor saling membuka diri untuk memfasilitasi penyelesaian masalah.
4. Kekinian: Layanan fokus pada masalah saat ini yang dirasakan siswa, bukan masa lalu atau masa depan, dengan prioritas mendahulukan kepentingan siswa tanpa penundaan.
5. Kemandirian: Pembimbing harus mendorong kemandirian siswa, mencegah ketergantungan pada orang lain, termasuk konselor.
6. Kegiatan: Keberhasilan layanan memerlukan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan untuk mencapai tujuan, karena hasil tidak datang secara otomatis.
7. Kedinamisan: Layanan mendorong perubahan perilaku siswa menuju kemajuan, bukan pengulangan pola lama yang stagnan.

8. Keterpaduan: Layanan mengintegrasikan berbagai aspek kehidupan siswa untuk mencapai keseimbangan dan menghindari konflik internal.
9. Kenormatifan: Semua aspek layanan harus selaras dengan norma agama, adat, hukum, ilmu pengetahuan, dan kebiasaan sosial, baik dalam isi maupun prosesnya.
10. Keahlian: Layanan dilakukan secara teratur dan sistematis dengan teknik serta alat yang tepat, memerlukan keterampilan konselor melalui pelatihan memadai.
11. Alih Tangan: Jika konselor telah berusaha maksimal namun siswa belum teratasi, masalah dapat dialihkan ke pihak lain yang lebih kompeten.
12. Tut Wuri Handayani: Asas ini mencerminkan hubungan pembimbing dan siswa yang mendukung, di mana pembimbing memberikan bimbingan dari belakang (mendorong tanpa mendominasi).

2.1.1.5 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan bimbingan kelompok dilakukan melalui beberapa tahapan yang memiliki keterkaitan dan masing-masing memegang peran penting dalam keberhasilan layanan. Tahap pertama ialah tahap pembentukan kelompok (forming), dimana konselor memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan kegiatan, serta menetapkan aturan yang akan menjadi pedoman selama proses berlangsung. Pada tahap ini, konselor berupaya menciptakan rasa aman, membangun kepercayaan, dan memfasilitasi anggota kelompok agar merasa nyaman untuk berpartisipasi.

Tahap berikutnya adalah tahap pelaksanaan atau tahap kerja (*working*), yang merupakan inti kegiatan. Pada tahap ini, anggota kelompok terlibat aktif dalam diskusi, eksplorasi masalah, pertukaran pengalaman, dan kegiatan interaktif lainnya. Proses ini memungkinkan siswa mengekspresikan diri, menggali pemahaman baru, serta memperoleh perspektif yang lebih luas. Penelitian menunjukkan bahwa kualitas interaksi dan keterlibatan anggota merupakan faktor penentu keberhasilan kelompok (Rahmawati & Nugroho, 2022).

Tahap terakhir adalah tahap penutupan (*closing*), yaitu tahap dimana konselor membantu siswa merangkum hasil diskusi, melakukan refleksi, dan menyimpulkan pelajaran penting yang diperoleh. Tahap ini penting untuk memastikan bahwa proses kelompok memberikan dampak yang bermakna dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penguatan hasil diskusi serta pemberian arahan lanjutan merupakan bagian penting dari tahap penutupan (Wijaya & Hamzah, 2024). Siregar (2021) menegaskan bahwa keberhasilan bimbingan kelompok sangat ditentukan oleh kemampuan konselor dalam menjaga dinamika kelompok, terutama dalam membangun kepercayaan, mengelola interaksi, dan mempertahankan suasana yang kondusif sepanjang proses.

2.1.1.6 Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilakukan melalui pemanfaatan berbagai teknik dan metode yang dirancang untuk mendukung interaksi, pemahaman diri, serta perubahan perilaku siswa. Kegiatan layanan dapat meliputi diskusi kelompok, simulasi, permainan peran, *sharing* pengalaman, refleksi, maupun penyampaian informasi. Setiap teknik dipilih sesuai dengan kebutuhan

siswa dan bertujuan membantu mereka mengeksplorasi permasalahan secara lebih mendalam, memahami faktor-faktor yang memengaruhi perilaku, serta merumuskan strategi penyelesaian masalah yang lebih efektif (Lestari et al., 2023).

Layanan bimbingan konseling kelompok merupakan salah satu strategi intervensi psikologis yang efektif dalam membantu siswa mengatasi permasalahan psikologis dan perilaku maladaptif. Melalui dinamika kelompok, siswa memperoleh kesempatan untuk saling berbagi pengalaman, belajar dari orang lain, serta mendapatkan dukungan sosial yang dapat memperkuat perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Interaksi dalam kelompok juga memungkinkan terjadinya proses modeling, yaitu ketika siswa mengamati dan meniru perilaku adaptif yang ditampilkan oleh konselor maupun anggota kelompok lainnya.

Dalam pelaksanaannya, konselor berperan sebagai fasilitator yang memastikan proses bimbingan kelompok berjalan secara terarah dan produktif. Konselor bertugas menjaga dinamika kelompok, mengatur alur diskusi, memfasilitasi partisipasi aktif anggota, serta mengelola konflik yang mungkin muncul selama kegiatan berlangsung. Peran tersebut menuntut keterampilan komunikasi yang baik, empati, serta kemampuan menjaga keseimbangan antara struktur kegiatan dan fleksibilitas sesuai kebutuhan siswa (Wijaya & Hamzah, 2024).

Efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok juga diperkuat oleh hasil penelitian sebelumnya. Deliati dan Barus (2025) menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan penggunaan media yang tepat mampu membantu siswa memahami dan mengelola permasalahan psikologis yang dialami, seperti

kecemasan belajar. Melalui proses diskusi, refleksi, dan pengamatan terhadap model perilaku yang ditampilkan, siswa menjadi lebih mampu mengenali emosi, memahami penyebab permasalahan, serta mengembangkan strategi penyelesaian masalah yang lebih adaptif. Hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok tidak hanya berfungsi sebagai sarana bantuan emosional, tetapi juga sebagai media pembelajaran perilaku positif secara konkret.

Sejalan dengan temuan tersebut, Asbi et all. (2025) menegaskan bahwa penerapan bimbingan konseling kelompok terbukti efektif sebagai strategi intervensi psikologis dalam meningkatkan aspek kepercayaan diri siswa. Keberhasilan layanan ini dipengaruhi oleh adanya proses belajar sosial melalui observasi, pemberian umpan balik, serta dukungan dari anggota kelompok. Ketika siswa melihat siswa lain mampu menghadapi dan mengatasi permasalahan yang serupa, muncul keyakinan diri dan motivasi untuk melakukan perubahan perilaku yang sama.

Keunggulan layanan bimbingan kelompok terletak pada interaksi antarpeserta yang memungkinkan terjadinya proses saling belajar. Siswa tidak hanya memperoleh pemahaman dari konselor, tetapi juga dari pengalaman serta sudut pandang teman sebaya. Interaksi tersebut memperkaya pemahaman siswa dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk melihat permasalahan dari perspektif yang berbeda, sehingga proses perubahan perilaku dapat berlangsung secara lebih bermakna (Putra & Suryani, 2021). Dalam praktik bimbingan dan konseling, layanan yang efektif ditandai oleh partisipasi aktif, keterbukaan, serta adanya sikap saling menghargai antaranggota kelompok (Siregar, 2021).

Pelaksanaan layanan bimbingan konseling kelompok memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengembangkan perilaku adaptif dan mengurangi perilaku bermasalah. Dalam konteks penelitian ini, penerapan teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok dipandang relevan sebagai upaya mengurangi perilaku prokrastinasi siswa. Melalui pengamatan terhadap model yang menunjukkan perilaku disiplin, tanggung jawab, serta penyelesaian tugas tepat waktu, siswa diharapkan mampu meniru dan menerapkan perilaku tersebut secara sadar dan konsisten, sehingga perilaku menunda tugas dapat diminimalkan.

2.1.2 Teknik Modeling

2.1.2.1 Pengertian Teknik Modeling

Teknik modeling merupakan salah satu metode dalam teori belajar sosial yang menekankan bahwa perilaku manusia terbentuk dan berkembang melalui proses mengamati, meniru, serta menginternalisasi perilaku yang ditampilkan oleh orang lain atau model tertentu. Inti dari teknik ini adalah bahwa seseorang tidak harus mengalami suatu perilaku secara langsung untuk mempelajarinya; cukup dengan menyaksikan bagaimana orang lain bertindak, bereaksi, serta menerima konsekuensi dari tindakannya, individu dapat belajar perilaku baru. Bandura menjelaskan bahwa proses observasi merupakan mekanisme belajar yang paling efektif, karena memungkinkan individu menyerap perilaku dan strategi tanpa harus mengalami risiko, kegagalan, atau konsekuensi negatif sendiri. Hal ini diperkuat oleh Safitri et al. (2022) yang menegaskan bahwa modeling menjadi strategi pembelajaran perilaku yang sangat efisien karena memberikan contoh konkret yang

dapat ditiru dan dipahami secara langsung oleh siswa, baik pada konteks akademik, sosial, maupun emosional.

Pada praktik bimbingan dan konseling, teknik modeling digunakan untuk menampilkan perilaku yang ingin dikembangkan pada diri siswa melalui contoh langsung. Model yang dipilih dapat berupa konselor sebagai live model, teman sebaya sebagai participant model, maupun media seperti video, cerita, dan gambar sebagai symbolic model. Penggunaan variasi model ini bertujuan agar siswa memiliki lebih banyak rujukan perilaku yang dapat diamati sesuai kebutuhan dan karakteristik mereka. Yuliasari et al. (2024) menunjukkan bahwa pemanfaatan berbagai bentuk model dalam layanan bimbingan kelompok terbukti meningkatkan kemampuan regulasi diri siswa, karena memperlihatkan langkah-langkah perilaku positif secara konkret sehingga lebih mudah diingat dan dipraktikkan dalam kehidupan nyata.

Teknik modeling memiliki fokus utama untuk memberikan contoh perilaku adaptif yang dapat diaplikasikan siswa dalam mengatasi permasalahan tertentu. Perilaku yang dimodelkan bisa berupa kemampuan mengatur waktu, disiplin, penyelesaian tugas, komunikasi efektif, hingga pemecahan masalah. Khairunnisa et al. (2025) menemukan bahwa modeling tidak hanya menyajikan perilaku yang seharusnya dilakukan, tetapi juga menjelaskan alasan mengapa perilaku tersebut penting, serta bagaimana konsekuensi positif dapat diperoleh ketika perilaku itu diterapkan secara konsisten. Dengan demikian, siswa tidak hanya sekadar meniru perilaku, tetapi juga memahami konteks dan nilai dari tindakan tersebut.

Modeling juga memiliki keunggulan dalam mengembangkan kemampuan sosial dan emosional siswa. Hartati (2022) menyatakan bahwa melalui modeling, siswa dapat meningkatkan empati, keterampilan interpersonal, dan kemampuan mengelola emosi karena mereka melihat secara langsung bagaimana model berinteraksi, menyelesaikan konflik, dan mengekspresikan perasaan secara positif. Ketika siswa melihat model menunjukkan perilaku yang baik secara konsisten, mereka terdorong untuk meniru perilaku tersebut karena memahami dampak positifnya bagi hubungan sosial dan keseharian.

Dalam penelitian ini, teknik modeling digunakan secara khusus untuk mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa. Prokrastinasi merupakan kebiasaan menunda tugas meskipun siswa mengetahui bahwa hal tersebut akan memberikan konsekuensi negatif. Salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi adalah rendahnya kemampuan manajemen waktu, kurangnya motivasi diri, serta tidak adanya contoh perilaku produktif yang dapat dijadikan acuan. Shafira et al. (2022) menunjukkan bahwa paparan terhadap model yang menampilkan perilaku penyelesaian tugas tepat waktu dan strategi kerja efektif dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk memulai dan menyelesaikan tugas tanpa penundaan. Hal ini terjadi karena modeling memberikan gambaran konkret mengenai bagaimana menyusun jadwal belajar, bagaimana memprioritaskan tugas, serta bagaimana mengelola waktu secara disiplin dan terstruktur.

2.1.2.2 Tujuan Teknik Modeling

Teknik modeling memiliki sejumlah tujuan yang sangat penting dalam konteks bimbingan konseling, terutama pada layanan bimbingan kelompok. Tujuan

utama dari teknik ini adalah membantu individu memperoleh perilaku baru melalui proses observasi dan peniruan terhadap model yang relevan. Namun, secara lebih mendalam, modeling memiliki fungsi yang jauh lebih luas, tidak hanya sebatas pada upaya mengajarkan perilaku baru, tetapi juga memfasilitasi perubahan pola pikir, regulasi diri, serta pembentukan karakter. Oleh karena itu, teknik modeling menjadi salah satu strategi efektif dalam memodifikasi perilaku siswa, khususnya dalam konteks mengurangi perilaku prokrastinasi yang banyak dialami oleh siswa SMK.

Tujuan pertama dari teknik modeling adalah menyediakan contoh perilaku adaptif yang dapat dijadikan acuan oleh siswa. Sering kali siswa tidak mampu memunculkan perilaku yang diharapkan bukan karena tidak mau, melainkan karena tidak memiliki gambaran yang jelas tentang bagaimana perilaku tersebut seharusnya dilakukan. Melalui modeling, siswa dapat melihat langsung bentuk perilaku yang benar, mulai dari langkah, sikap, strategi, hingga cara mengatasi hambatan. Hal ini sejalan dengan penjelasan Yuliasari et al. (2024) yang menyatakan bahwa modeling berfungsi memberikan gambaran visual yang konkret sehingga memudahkan siswa memahami pola perilaku adaptif yang ingin dikembangkan.

Tujuan kedua adalah meningkatkan kemampuan regulasi diri siswa. Perilaku individu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga kemampuan internal seperti mengelola perhatian, motivasi, dan perilaku. Modeling membantu siswa mengatur dirinya dengan lebih baik karena mereka belajar bagaimana model mengontrol tindakan, menyusun langkah penyelesaian tugas, mengambil keputusan, dan mempertahankan konsistensi perilaku. Khairunnisa et al. (2025)

menegaskan bahwa modeling dapat meningkatkan self-regulation karena siswa tidak hanya meniru perilaku, tetapi juga belajar mengelola proses internal yang mendukung munculnya perilaku tersebut.

Tujuan ketiga teknik modeling adalah menumbuhkan motivasi melalui penguatan vikarius (vicarious reinforcement). Melihat model menerima konsekuensi positif akan meningkatkan motivasi siswa untuk meniru perilaku tersebut. Sebaliknya, melihat model menghindari konsekuensi negatif juga membuat siswa terdorong menghindari perilaku yang tidak adaptif. Menurut Safitri et al. (2022), motivasi melalui penguatan vikarius merupakan salah satu mekanisme paling kuat dalam modeling, karena siswa belajar tanpa harus mengalami sendiri risiko kegagalan atau hukuman.

Tujuan keempat adalah mengurangi kecemasan dan keraguan diri siswa. Banyak siswa yang mengalami prokrastinasi sebenarnya bukan karena malas, tetapi karena mereka ragu apakah mereka mampu menyelesaikan tugas. Hal ini berkaitan dengan rendahnya self-efficacy yang menyebabkan siswa menunda pekerjaan sebagai mekanisme untuk menghindari ketidakmampuan. Melalui modeling, siswa melihat bahwa perilaku tertentu dapat dilakukan dengan langkah-langkah sederhana dan terstruktur. Observasi terhadap model yang berhasil meningkatkan keyakinan diri siswa untuk mencoba hal yang sama. Hal ini sejalan dengan temuan Hartati (2022) yang menjelaskan bahwa modeling dapat mengurangi kecemasan sosial maupun akademik melalui observasi perilaku positif yang ditampilkan oleh model.

Tujuan kelima adalah membentuk kebiasaan positif secara bertahap dan konsisten. Modeling memungkinkan siswa belajar melalui pengulangan dan pemantauan berkelanjutan. Ketika siswa melihat model menunjukkan perilaku positif secara konsisten, mereka akan meniru dan menginternalisasi perilaku tersebut hingga menjadi kebiasaan. Dalam konteks prokrastinasi akademik, modeling membantu siswa membangun kebiasaan seperti mengatur waktu belajar, mencatat tugas, memulai pekerjaan lebih awal, dan menyelesaikan aktivitas tepat waktu. Shafira et al. (2022) menyatakan bahwa membangun kebiasaan produktif memerlukan contoh yang mudah diikuti, dan modeling menjadi strategi yang efektif untuk mencapai tujuan tersebut.

Dapat disimpulkan bahwa tujuan teknik modeling sangat luas, meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Teknik ini bukan hanya mengajarkan siswa untuk meniru perilaku, tetapi juga membantu mereka memahami alasan dan proses di balik perilaku tersebut, meningkatkan kemampuan regulasi diri, membangun motivasi, serta memperkuat karakter. Karena itu, modeling menjadi pendekatan yang sangat relevan dan efektif dalam mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

2.1.2.3 Manfaat Teknik Modeling

Teknik modeling memberikan manfaat penting dalam proses pembelajaran perilaku karena memungkinkan siswa mempelajari tindakan adaptif melalui observasi langsung terhadap model. Melalui modeling, siswa dapat memahami konteks, alur, dan tujuan suatu perilaku tanpa harus melalui proses coba-salah yang sering memakan waktu serta menimbulkan kesalahan berulang. Ketika perilaku

ditampilkan secara jelas, runtut, dan realistis, siswa lebih mudah menangkap esensi perilaku yang tepat, sehingga proses internalisasi menjadi jauh lebih efektif (Rahman, 2021).

Manfaat lain dari teknik modeling adalah peningkatan efikasi diri, yaitu keyakinan siswa bahwa mereka mampu melakukan perilaku yang diamati. Ketika siswa melihat model melakukan suatu perilaku yang relevan dan mungkin untuk dicontoh, mereka akan menilai bahwa kemampuan tersebut juga dapat mereka kuasai. Efikasi diri inilah yang berperan penting dalam perubahan perilaku, terutama dalam mengurangi prokrastinasi, karena siswa yang percaya diri lebih mampu mengatur waktu, memulai tugas, dan bertahan dalam aktivitas akademik (Siregar, 2020).

Modeling juga memberikan manfaat dalam meningkatkan motivasi internal, karena siswa tidak hanya melihat “cara melakukan suatu perilaku”, tetapi juga melihat “hasil positif” yang diterima model. Ketika mereka mengamati bahwa model mendapatkan manfaat dari perilaku tersebut misalnya penyelesaian tugas tepat waktu motivasi untuk meniru perilaku itu akan meningkat. Dorongan internal ini sangat penting untuk menciptakan perubahan perilaku yang bersifat jangka panjang (Lestari, 2023).

Teknik modeling berkontribusi pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional. Melalui proses observasi, siswa melihat bagaimana model berinteraksi dengan lingkungan, menyelesaikan konflik, serta mengekspresikan emosi secara tepat. Hal ini membantu siswa membangun sensitivitas sosial, kemampuan mengambil perspektif orang lain, dan kemampuan berkomunikasi yang lebih

efektif. Dengan demikian, modeling tidak hanya bermanfaat untuk perilaku akademik, tetapi juga untuk perkembangan sosial-emosional siswa (Wahyudi, 2022).

Secara keseluruhan, modeling memfasilitasi perubahan perilaku yang lebih cepat dan lebih terarah dibandingkan metode bimbingan lainnya. Karena perilaku ditampilkan secara langsung, siswa dapat memahami struktur perilaku secara konkret, mulai dari tahap awal hingga konsekuensinya. Pengaruh modeling ini menjadikannya metode yang sangat efektif digunakan dalam layanan bimbingan kelompok, khususnya untuk kasus prokrastinasi akademik pada siswa (Hutabarat, 2024).

2.1.2.4 Prinsip Dasar Modeling

Prinsip pertama teknik modeling adalah perhatian (attention). Siswa harus benar-benar fokus pada perilaku yang ditampilkan oleh model, karena tanpa perhatian yang memadai, proses observasi tidak akan berjalan optimal. Faktor seperti relevansi perilaku, kejelasan tindakan, dan kesesuaian konteks sangat menentukan tingkat perhatian siswa. Jika model mampu menarik perhatian dan melakukan perilaku secara eksplisit, maka siswa lebih mudah mengamati detail perilaku tersebut (Simanjuntak, 2021).

Prinsip kedua adalah retensi (retention), yaitu kemampuan siswa menyimpan informasi mengenai perilaku yang diamati. Retensi melibatkan penyimpanan mental berupa gambar, bahasa, atau rangkaian langkah. Jika siswa tidak mampu menyimpan perilaku secara kognitif, proses peniruan tidak dapat berlangsung, meskipun mereka telah memperhatikan model. Retensi menjadi dasar terbentuknya

representasi mental terhadap perilaku yang ingin ditiru (Nasution, 2022). Prinsip ketiga adalah reproduksi (reproduction), yakni kemampuan siswa untuk mempraktikkan kembali perilaku yang telah diamati. Tahap ini membutuhkan kemampuan motorik, kognitif, dan emosional siswa. Proses latihan biasanya diperlukan agar siswa mampu menyesuaikan tindakan mereka dengan perilaku yang ditampilkan model. Reproduksi juga membantu siswa menguji sejauh mana mereka mampu meniru perilaku tersebut secara mandiri (Putri, 2020).

Prinsip selanjutnya adalah motivasi (motivation). Siswa akan meniru suatu perilaku apabila mereka merasa terdorong untuk melakukannya. Motivasi dapat berasal dari penguatan eksternal, dorongan internal, atau hasil positif yang diamati ketika model melaksanakan perilaku tersebut. Motivasi merupakan faktor penting agar perilaku yang dipelajari melalui modeling dapat diterapkan secara konsisten (Harahap, 2023). Prinsip terakhir adalah penguatan (reinforcement). Ketika siswa menirukan perilaku baru, mereka membutuhkan umpan balik positif agar perilaku tersebut bertahan dan berkembang. Penguatan dapat berupa pujian, pengakuan, atau hasil positif yang diterima siswa setelah melakukan perilaku adaptif. Tanpa penguatan, perilaku hasil modeling cenderung tidak bertahan lama (Arifin, 2022).

2.1.2.5 Langkah-Langkah Pelaksanaan Modeling

Langkah pertama dalam pelaksanaan modeling adalah identifikasi perilaku sasaran. Konselor harus menentukan perilaku apa yang ingin dikembangkan atau diperbaiki, seperti keteraturan belajar, kemampuan mengatur waktu, atau strategi menyelesaikan tugas. Identifikasi yang tepat akan membantu konselor memilih model dan skenario yang relevan dengan kebutuhan siswa (Siahaan, 2021).

Langkah kedua adalah pemilihan model yang sesuai. Model dapat berupa konselor, teman sebaya, tokoh publik, atau media simbolik seperti video. Pemilihan model harus mempertimbangkan tingkat kemiripan dengan siswa, kompetensi model, serta kemampuan model menampilkan perilaku secara jelas. Model yang baik akan memudahkan siswa mengamati dan menirunya (Mansyur, 2020).

Langkah ketiga adalah penyajian perilaku model. Konselor harus menyajikan perilaku yang ditargetkan secara runtut, jelas, dan mudah diikuti. Perilaku harus ditampilkan dalam konteks yang realistis sehingga siswa memahami cara mengaplikasikan perilaku tersebut dalam kehidupan nyata. Jika penyajian perilaku dilakukan dengan baik, siswa akan lebih mudah memproses informasi yang mereka amati (Hidayat, 2023). Langkah keempat adalah diskusi klarifikasi. Setelah model menampilkan perilaku, konselor mengajak siswa mendiskusikan makna, tujuan, dan manfaat perilaku tersebut. Diskusi berfungsi memperkuat pemahaman, mengklarifikasi kesalahpahaman, dan meningkatkan kesiapan siswa dalam meniru perilaku secara mandiri. Klarifikasi menjadi jembatan antara proses observasi dan praktik (Ritonga, 2024).

Langkah kelima adalah latihan reproduksi. Pada tahap ini siswa mencoba meniru perilaku model dalam berbagai situasi, baik melalui simulasi, latihan langsung, maupun praktik dalam kehidupan harian. Latihan ini sangat penting karena memungkinkan siswa menguji representasi mental mereka tentang perilaku dan menyesuaikannya hingga sesuai seperti contoh model (Kurniawan, 2021). Langkah terakhir adalah evaluasi dan penguatan. Konselor mengevaluasi sejauh mana siswa mampu meniru perilaku yang diharapkan dan memberikan penguatan

berupa pujian atau umpan balik konstruktif. Penguatan membantu memperkuat perilaku baru sehingga lebih stabil dan bertahan dalam jangka panjang (Sembiring, 2022).

2.1.3 Perilaku Prokrastinasi

2.1.3.1 Pengertian Perilaku Prokrastinasi

Perilaku prokrastinasi secara umum dipahami sebagai kecenderungan menunda suatu tugas atau kewajiban secara sadar meskipun individu mengetahui bahwa penundaan tersebut dapat berdampak negatif terhadap hasil kerja maupun perkembangan dirinya. Pada kondisi ini, penundaan dilakukan bukan karena hambatan eksternal, melainkan karena pilihan pribadi untuk menangguk pekerjaan dan menggantinya dengan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan atau memberikan kenyamanan emosional sesaat (Rahman, 2021). Dalam kajian psikologi, prokrastinasi dipandang sebagai kegagalan siswa dalam melakukan pengendalian diri, terutama ketika dihadapkan pada tugas yang membutuhkan konsentrasi dan komitmen jangka panjang. siswa yang memiliki regulasi diri rendah biasanya lebih mudah tergoda oleh aktivitas jangka pendek yang menawarkan kepuasan instan, sehingga mengabaikan pekerjaan penting yang sebenarnya menuntut perhatian penuh (Sari, 2022).

Aspek emosional turut menjadi penjelas penting dalam fenomena prokrastinasi. Banyak individu menunda tugas bukan karena tidak mampu, tetapi karena ingin menghindari tekanan emosional seperti rasa takut gagal, kekhawatiran berlebihan, atau ketidaksukaan terhadap tugas tertentu. Penundaan kemudian

menjadi strategi pelarian yang dianggap mampu meredakan ketidaknyamanan tersebut, meskipun hanya sementara (Hutasoit, 2023).

Pada ranah pendidikan, perilaku prokrastinasi sering muncul pada siswa ketika mereka menghadapi tugas akademik yang membutuhkan usaha lebih, seperti mengerjakan proyek, membaca materi panjang, atau mempersiapkan ujian. Meskipun memahami pentingnya tugas tersebut, siswa tetap memilih menundanya dan melakukan aktivitas lain seperti bermain atau berlari-lari di tengah lapangan bersama teman, sehingga produktivitas belajar menurun (Wijaya, 2020). Dalam jangka panjang, prokrastinasi dapat berkembang menjadi kebiasaan yang menetap apabila tidak segera ditangani. Kebiasaan ini dapat menghambat perkembangan disiplin diri, menurunkan kualitas tanggung jawab akademik, dan mempengaruhi keberhasilan siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas penting di masa depan (Ananda, 2024).

2.1.3.2 Penyebab Perilaku Prokrastinasi

Prokrastinasi kerap disebabkan oleh rendahnya kemampuan regulasi diri, yang mencakup kemampuan siswa untuk mengatur tindakan, mengendalikan impuls, dan menetapkan prioritas. Siswa yang tidak mampu mengelola waktu secara efektif lebih rentan terdorong menunda pekerjaan karena kurangnya kebiasaan untuk merencanakan aktivitas secara terstruktur (Putri, 2021). Faktor emosional seperti kecemasan dan kekhawatiran berlebih turut menjadi pemicu munculnya perilaku penundaan. Ketika siswa merasa takut tidak dapat memenuhi standar atau merasa kurang mampu menyelesaikan suatu tugas, mereka cenderung

menghindar melalui penundaan agar tidak langsung berhadapan dengan situasi yang menegangkan tersebut (Lubis, 2023).

Persepsi negatif terhadap tugas juga menjadi penyebab umum prokrastinasi. Tugas yang dianggap sulit, membosankan, atau tidak memiliki manfaat langsung bagi siswa akan memunculkan rasa enggan untuk memulai, sehingga penundaan dilakukan sebagai bentuk penghindaran terhadap aktivitas yang tidak menyenangkan (Suganda, 2022). Selain faktor internal, lingkungan yang penuh gangguan juga berkontribusi besar terhadap munculnya prokrastinasi. Kehadiran media sosial, penggunaan gawai yang berlebihan, serta lingkungan belajar yang tidak kondusif membuat siswa lebih mudah kehilangan fokus dan akhirnya menunda pekerjaan akademik (Rafli, 2020).

Faktor lainnya adalah rendahnya keyakinan diri atau self-efficacy. siswa yang merasa tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik biasanya menghindari pekerjaan tersebut dan lebih memilih menunda, karena penundaan dianggap dapat mengurangi kemungkinan menghadapi kegagalan secara langsung (Manurung, 2024).

2.1.3.3 Ciri-Ciri Perilaku Prokrastinasi

Salah satu ciri paling menonjol dari prokrastinasi adalah kebiasaan menunda pekerjaan secara sengaja, meskipun siswa mengetahui bahwa tugas tersebut memiliki tenggat waktu dan harus segera diselesaikan. Penundaan ini terjadi berulang dan menjadi pola yang sulit dihentikan (Wulandari, 2020).

Ciri lainnya adalah kecenderungan mengganti tugas utama dengan aktivitas lain yang tidak lebih penting. siswa akan beralih pada kegiatan yang lebih

menyenangkan atau lebih mudah sebagai bentuk penghindaran terhadap tugas yang menuntut usaha dan energi lebih besar (Damanik, 2023). Individu yang mengalami prokrastinasi juga sering merasa bersalah atau tidak nyaman setelah menunda tugas. Perasaan ini muncul karena adanya kesadaran bahwa penundaan menimbulkan kerugian, namun mereka tetap kesulitan mengubah kebiasaan tersebut (Lestari, 2022).

Selain itu, prokrastinasi ditandai dengan kecenderungan meremehkan waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas. Banyak siswa menilai bahwa mereka masih memiliki cukup waktu untuk mengerjakan tugas, sehingga penundaan terus terjadi hingga akhirnya waktu yang tersedia tidak mencukupi (Pratama, 2021). Ciri selanjutnya adalah kurangnya kemampuan mempertahankan fokus dalam menyelesaikan tugas. Individu dengan prokrastinasi cenderung mudah terdistraksi oleh hal-hal eksternal maupun internal, sehingga pekerjaan yang seharusnya bisa diselesaikan lebih cepat menjadi tertunda (Sihite, 2024).

2.1.3.4 Dampak Perilaku Prokrastinasi

Dampak paling nyata dari prokrastinasi adalah menurunnya prestasi akademik. Ketika tugas terus-menerus ditunda, siswa akan kehilangan waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan dan memahami materi secara optimal, sehingga kualitas hasil belajar menjadi tidak maksimal dan sering kali berada di bawah standar pencapaian (Simbolon, 2022). Prokrastinasi juga berpengaruh terhadap kondisi psikologis siswa. Penundaan yang dilakukan secara berulang dapat memunculkan rasa bersalah, kecemasan, dan stres karena individu menyadari

bahwa perilaku tersebut merugikan dirinya, namun tetap merasa kesulitan untuk menghentikannya (Gunawan, 2021).

Selain mengganggu kondisi emosional, prokrastinasi berdampak pada rendahnya kemampuan pengambilan keputusan. siswa yang terbiasa menunda pekerjaan akan kesulitan menentukan prioritas, sehingga banyak tugas terbengkalai atau dikerjakan secara terburu-buru pada waktu terakhir (Riski, 2023). Dampak jangka panjang dari prokrastinasi adalah melemahnya disiplin diri dan kebiasaan bekerja secara teratur. Ketika siswa terbiasa menunda, mereka tidak membangun pola kerja yang konsisten, sehingga ketidakmampuan mengatur waktu menjadi semakin melekat dan sulit diperbaiki (Sopian, 2020).

Prokrastinasi juga dapat mengurangi tingkat kepercayaan diri siswa. Gagalnya pencapaian akibat sering menunda membuat siswa merasa kurang kompeten. Jika kondisi ini terus berulang, individu dapat berkembang menjadi semakin ragu pada kemampuan diri sendiri (Napitupulu, 2024).

2.1.3.5 Penanganan Perilaku Prokrastinasi

Salah satu strategi efektif untuk menangani prokrastinasi adalah meningkatkan regulasi diri melalui latihan pengelolaan waktu. Siswa dapat dilatih membuat jadwal belajar, daftar prioritas, serta target penyelesaian harian agar mampu bekerja secara lebih terarah dan konsisten (Azzahra, 2021). Peningkatan motivasi internal juga berperan signifikan dalam mengurangi kecenderungan menunda. Ketika siswa memiliki alasan yang kuat dan tujuan yang jelas dalam menyelesaikan tugas, mereka akan lebih terdorong untuk segera memulai pekerjaan tanpa menundanya (Fauzan, 2023).

Pendekatan kognitif-perilaku menjadi salah satu intervensi yang banyak digunakan untuk mengatasi prokrastinasi. Melalui pendekatan ini, siswa diajak mengidentifikasi dan mengganti pola pikir irasional yang membuat mereka menghindari tugas, sehingga mereka dapat melihat pekerjaan sebagai tantangan yang dapat diselesaikan (Harahap, 2020). Selain intervensi internal, lingkungan belajar yang mendukung juga memiliki peran penting. Lingkungan yang teratur, minim gangguan, dan memberikan ruang bagi siswa untuk berkonsentrasi dapat membantu mereka membentuk kebiasaan belajar yang lebih disiplin dan produktif (Yuliana, 2024).

2.1.3.6 Dimensi dan Indikator Perilaku Prokrastinasi

Dimensi pertama dari prokrastinasi adalah delay behavior, yaitu kecenderungan menunda pekerjaan secara sadar meskipun tidak ada hambatan nyata untuk memulainya. Indikator dari dimensi ini berupa keputusan aktif untuk tidak memulai tugas pada waktu yang seharusnya (Saragih, 2023). Dimensi kedua adalah task avoidance, yang menggambarkan perilaku menghindari tugas yang dianggap tidak menyenangkan atau sulit. Pada dimensi ini, individu lebih memilih aktivitas alternatif yang memberikan kenyamanan emosional meskipun tidak lebih penting dari tugas utama (Wijaya, 2021).

Dimensi ketiga adalah emotional regulation failure, yaitu ketidakmampuan siswa mengelola emosi negatif ketika menghadapi tugas. Akibatnya, penundaan dijadikan strategi untuk menenangkan diri meskipun hal tersebut justru memperburuk situasi dalam jangka panjang (Amelia, 2022). Dimensi keempat adalah time misperception, yakni kesalahan dalam memperkirakan durasi yang

diperlukan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. siswa merasa memiliki waktu yang cukup, sehingga menunda tanpa memperhitungkan konsekuensi keterlambatan (Ramadhan, 2020). Dimensi kelima adalah low self-efficacy, yang ditandai dengan rendahnya rasa percaya siswa terhadap kemampuan diri. Keyakinan yang lemah ini membuat individu takut memulai tugas, khawatir gagal, atau merasa tidak mampu menghasilkan pekerjaan yang baik, sehingga mereka lebih memilih menunda (Maulida, 2024).

2.2 Penelitian Yang Relevan

Berdasarkan penelusuran literatur dan kajian terhadap berbagai penelitian yang membahas layanan bimbingan kelompok, teknik modeling, serta kecenderungan prokrastinasi, peneliti mengidentifikasi sejumlah penelitian yang memiliki kedekatan substansial dengan fokus studi ini. Secara keseluruhan, hasil penelitian terdahulu memperlihatkan bahwa pendekatan berbasis modeling dan dinamika kelompok memberikan kontribusi yang berarti dalam membantu siswa membentuk perilaku belajar yang lebih adaptif dan konstruktif. Adapun uraian penelitian relevan dijabarkan berikut ini.

1. Rahayu dan Wibowo (2021) melaksanakan penelitian mengenai implementasi layanan bimbingan kelompok yang dipadukan dengan teknik modeling dalam meningkatkan motivasi belajar siswa tingkat SMA. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan motivasi yang stabil pada setiap siklus intervensi. Perubahan tersebut terjadi ketika siswa mengamati model yang menampilkan perilaku belajar positif, kemudian meniru strategi belajar yang dianggap efektif. Para siswa menyampaikan bahwa contoh

perilaku yang diberikan model memberikan wawasan baru mengenai cara belajar yang lebih terarah dan produktif. Temuan ini menegaskan bahwa modeling bekerja melalui mekanisme observasi dan imitasi sehingga mampu mendorong munculnya perubahan perilaku belajar. Relevansinya dengan penelitian ini sangat kuat, sebab penurunan prokrastinasi pada siswa SMK juga memerlukan model perilaku konkret yang dapat dijadikan rujukan dalam praktik belajar sehari-hari.

2. Widyaningsih dan Sari (2023) mengkaji integrasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu pada siswa SMK. Penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan kapasitas siswa dalam menyusun rencana belajar, mengatur prioritas, serta melaksanakan tugas secara tepat waktu. Proses bimbingan kelompok memberikan kesempatan bagi siswa untuk berdiskusi, mengevaluasi kebiasaan belajar, dan memperoleh dukungan sosial dari sesama anggota kelompok. Sementara itu, teknik modeling memberikan representasi perilaku produktif yang dapat ditiru dan diterapkan dalam kehidupan akademik. Keberhasilan penelitian ini menegaskan bahwa kombinasi dinamika kelompok dan modeling efektif dalam mendorong perubahan perilaku belajar yang lebih disiplin dan bertanggung jawab. Temuan tersebut selaras dengan tujuan penelitian ini, karena kemampuan mengelola waktu merupakan komponen utama dalam mengurangi kecenderungan prokrastinasi pada siswa SMK.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka berfikir dalam penelitian ini diarahkan pada penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Modeling sebagai upaya untuk mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa. Teknik modeling yang bersumber dari teori belajar sosial Bandura menjelaskan bahwa perilaku seseorang dapat terbentuk melalui proses mengamati serta meniru model yang dianggap relevan. Prokrastinasi, yaitu kecenderungan menunda penyelesaian tugas meskipun memahami dampak buruknya, muncul karena rendahnya kemampuan regulasi diri dan kurangnya figur teladan yang menunjukkan perilaku produktif dalam lingkungan belajar. Melalui teknik modeling, siswa diperlihatkan contoh perilaku positif, seperti manajemen waktu, penyelesaian tugas secara bertahap, dan pengendalian distraksi. Paparan terhadap model tersebut diharapkan membantu siswa membangun kebiasaan baru yang lebih adaptif.

Prokrastinasi pada siswa dapat memberikan konsekuensi serius terhadap keberhasilan akademik maupun perkembangan personal. Kebiasaan menunda tugas menyebabkan siswa kehilangan peluang menunjukkan prestasi terbaik, mengalami tekanan dalam belajar, serta menurunkan kepercayaan diri ketika menghadapi tuntutan akademik. Dalam konteks sekolah, prokrastinasi kerap menghambat kemampuan siswa dalam mematuhi jadwal, merampungkan tugas tepat waktu, serta terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran. Melalui penerapan teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok, siswa tidak hanya diberi pemahaman mengenai risiko perilaku menunda, tetapi juga ditunjukkan strategi nyata untuk mengatur waktu dan memperkuat motivasi belajar.

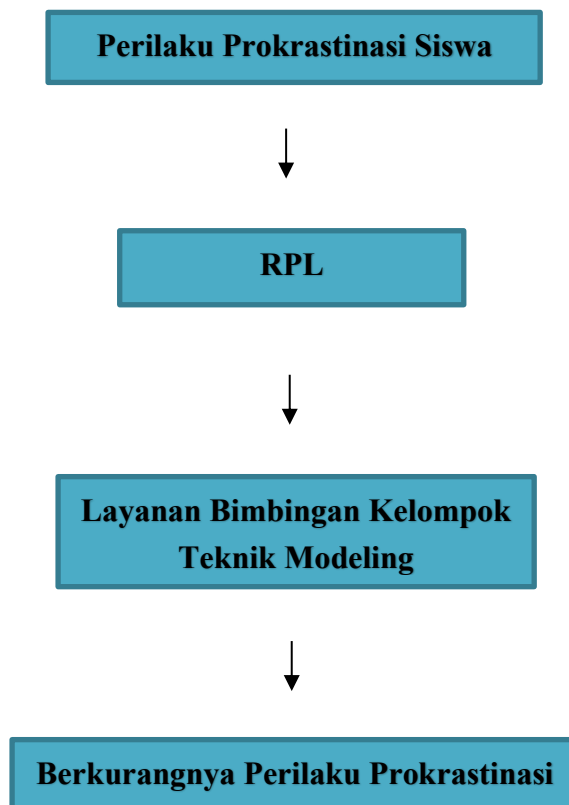
Pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi media efektif untuk mengurangi prokrastinasi karena dinamika kelompok memungkinkan terjadinya pertukaran pengalaman, diskusi terbuka, dan dukungan sosial. Ketika siswa mengamati teman sebayanya yang mampu menyelesaikan tugas secara konsisten, hal tersebut dapat menumbuhkan motivasi internal untuk meniru perilaku serupa. Lingkungan kelompok yang suportif juga memungkinkan anggota saling memberikan masukan, dorongan, dan penguatan dalam proses perubahan perilaku. Melalui modeling, siswa memperoleh gambaran konkret mengenai cara menyusun tujuan, membagi tugas menjadi bagian-bagian kecil, serta menghindari kebiasaan yang memicu penundaan.

Teknik Modeling dalam bimbingan kelompok memberikan pola yang sistematis untuk membantu siswa mempelajari perilaku baru. Model yang ditampilkan dapat berupa konselor, sesama anggota kelompok, atau media audio-visual yang menggambarkan proses penyelesaian tugas secara terstruktur. Melalui pengamatan berulang, siswa belajar mengenali dirinya sendiri, memahami pola penundaan yang sering dilakukan, serta menyusun strategi alternatif yang lebih efektif. Pendekatan ini membantu siswa menyadari bahwa perubahan perilaku bukan hanya sebatas konsep, tetapi dapat diterapkan melalui contoh nyata yang dapat ditiru dan dipraktikkan secara bertahap.

Dengan diterapkannya layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik Modeling, siswa diharapkan mampu meningkatkan kemampuan mengatur waktu, memperkuat disiplin diri, dan menumbuhkan motivasi untuk menyelesaikan tugas tanpa penundaan. Dengan adanya model perilaku positif dan dukungan kelompok

yang saling menguatkan, siswa dapat melakukan evaluasi terhadap kebiasaan mereka dan menggantinya dengan perilaku yang lebih produktif. Kerangka konseptual ini menegaskan bahwa upaya mengurangi perilaku prokrastinasi tidak hanya bergantung pada pemahaman teori, tetapi juga pada kemampuan siswa meniru, mempraktikkan, serta mempertahankan perilaku adaptif yang dipelajari melalui proses modeling.

Tabel 2.1 Kerangka Konseptual



BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.1.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK BM Tamansiswa Medan, yang terletak di Jl. Sabaruddin No. 08, Kelurahan Sei Rengas Permata, Kecamatan Medan Kota, Sumatera Utara, dengan kode pos 20214.

3.1.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan selama semester ganjil tahun ajaran 2025/2026, tepatnya dimulai sejak agustus hingga waktu yang disesuaikan dengan pihak sekolah. Dimulai dari tahap perizinan observasi awal, hingga pelaksanaan penelitian, sebagaimana terperinci dalam tabel berikut.

Tabel 3.1 Jadwal Rencana Kegiatan

| No. | Kegiatan | Bulan/tahun | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|-------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--|
| | | Ags | Sep | Okt | Nov | Des | Jan | Feb | Mar | Apr | |
| 1. | Pengajuan Judul | | | | | | | | | | |
| 2. | Persetujuan judul | | | | | | | | | | |
| 3. | Penulisan proposal | | | | | | | | | | |
| 4. | Bimbingan proposal | | | | | | | | | | |
| 5. | Seminar proposal | | | | | | | | | | |
| 6. | Riset penelitian | | | | | | | | | | |
| 7. | Penulisan skripsi | | | | | | | | | | |
| 8. | Pengesahan skripsi | | | | | | | | | | |
| 9. | Sidang meja hijau | | | | | | | | | | |

3.2 Subjek dan Objek

3.2.1 Subjek

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah Guru Bimbingan dan Konseling dan siswa SMK BM Tamansiswa Medan.

Tabel 3.2 Data siswa SMK BM Tamansiswa Medan

| No. | Kelas/Jurusan | Laki-laki | Perempuan | Jumlah Siswa |
|-----|---------------|-----------|-----------|--------------|
| 1. | X AK | 7 | 5 | 12 |
| 2. | X MP | - | 16 | 16 |
| 3. | X TKJ-1 | 22 | - | 22 |
| 4. | X TKJ-2 | 19 | - | 19 |
| 5. | XI MP | - | 14 | 14 |
| 6. | XI TKJ | 21 | 7 | 28 |
| 7. | XII MP | - | 20 | 20 |
| 8. | XII AK | 10 | 4 | 14 |
| 9. | XII TKJ | 21 | 7 | 28 |
| | Jumlah | | | 173 |

3.2.2 Objek

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif sebagaimana dikemukakan oleh Given (2023), yaitu suatu pendekatan yang bertujuan untuk memahami realitas sosial secara mendalam melalui proses observasi yang intensif, wawancara yang terarah, serta penafsiran terhadap pengalaman subjek penelitian. Pendekatan kualitatif tidak hanya berfokus pada pengumpulan data, tetapi juga pada upaya memahami makna di balik perilaku dan pengalaman subjek dalam konteks alamiahnya. Oleh karena itu, pendekatan ini menuntut ketelitian dalam menentukan informan agar data yang diperoleh benar-benar mencerminkan permasalahan yang dikaji. Atas pertimbangan tersebut, pemilihan informan dalam penelitian ini

dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan informan secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian.

Sejalan dengan penerapan teknik tersebut, penentuan objek penelitian ini dapat dari hasil pengamatan awal peneliti selama berada di lingkungan sekolah dan direkomendasi guru bimbingan dan konseling SMK BM Tamansiswa Medan. Berdasarkan proses tersebut, peneliti menetapkan 7 siswa kelas XI yang berasal dari kelas XI MP dan kelas XI TKJ sebagai informan penelitian. Penetapan jumlah informan ini didasarkan pada pertimbangan bahwa layanan bimbingan kelompok akan berjalan lebih efektif apabila dilaksanakan dalam kelompok kecil, sehingga setiap siswa memperoleh ruang yang cukup untuk terlibat secara aktif, mengungkapkan pengalaman belajar, serta menyampaikan pandangan dan refleksi secara lebih mendalam selama proses penelitian berlangsung.

Tabel 3.3 Jumlah Objek Siswa Kelas XI

| No. | Kelas | Jumlah Siswa | Jumlah Objek |
|---------------|--------|--------------|--------------|
| 1. | XI MP | 14 | 4 |
| 2. | XI TKJ | 28 | 3 |
| Jumlah | | 42 | 7 |

3.3 Definisi Operasional Variabel

Setelah variabel penelitian diidentifikasi, maka definisi operasional setiap variabel dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Layanan Bimbingan Kelompok merupakan bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang memberikan ruang bagi sejumlah siswa

untuk mendiskusikan dan memahami permasalahan bersama melalui interaksi kelompok yang terstruktur. Layanan ini bertujuan membantu siswa memperoleh pemahaman, perubahan sikap, serta kemampuan mengurangi masalah melalui kegiatan kelompok yang dipandu oleh konselor.

2. Teknik Modeling adalah teknik bimbingan yang menghadirkan suatu contoh perilaku atau figur model baik melalui konselor, teman sebaya, maupun media yang dapat diamati dan ditiru oleh siswa. Melalui proses observasi dan peniruan, siswa diharapkan mampu mempraktikkan perilaku positif yang ditampilkan oleh model tersebut.
3. Perilaku Prokrastinasi merupakan kecenderungan siswa untuk menunda penyelesaian tugas akademik, menghindari pekerjaan, atau menunda kewajiban belajar meskipun memahami risiko yang ditimbulkan. Prokrastinasi terlihat dari kebiasaan menunda, kesulitan memulai tugas, dan hasil belajar yang tidak optimal akibat tekanan waktu.

3.4 Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data yang relevan dengan fokus penelitian mengenai Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi siswa, peneliti menggunakan tiga instrumen utama, yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Menurut Creswell & Creswell (2021), observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mengamati perilaku, aktivitas, dan interaksi individu secara langsung dalam konteks yang alami, sehingga peneliti dapat memahami fenomena sebagaimana terjadi di lapangan. Dalam penelitian ini,

observasi dilakukan terhadap siswa Kelas XI selama proses layanan bimbingan kelompok berlangsung, baik ketika mengikuti kegiatan di dalam kelas maupun aktivitas pendukung di luar kelas.

Tabel 3.4 Pedoman Observasi

| No. | Indikator | Keterangan |
|-----|--|------------|
| 1. | Kedisiplinan waktu siswa dalam mengikuti kegiatan serta ketepatan dalam memulai dan menyelesaikan tugas yang diberikan. | |
| 2. | Sikap tanggung jawab dan kesungguhan siswa dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah. | |
| 3. | Perilaku prokrastinasi yang ditunjukkan siswa, seperti kecenderungan menunda atau menghindari pengerjaan tugas sekolah. | |
| 4. | Tingkat konsentrasi dan fokus siswa selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. | |
| 5. | Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok oleh guru BK yang mencakup tahapan pembukaan, kegiatan inti, dan penutup. | |
| 6. | Penerapan teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok melalui pemberian contoh perilaku positif kepada siswa. | |
| 7. | Perubahan perilaku siswa ke arah yang lebih positif setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling. | |

2. Wawancara

Creswell & Poth (2020) menjelaskan bahwa wawancara merupakan proses tanya jawab terstruktur maupun semi-terstruktur antara peneliti dan siswa untuk menggali pandangan, pengalaman, pemahaman, serta makna yang diberikan siswa

terhadap suatu fenomena. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan kepada siswa Kelas XI dan guru BK untuk memperoleh data mendalam terkait perilaku prokrastinasi serta efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

Tabel 3.5 Pedoman Wawancara untuk Guru BK

| No. | Pertanyaan | Deskripsi Jawaban |
|-----|---|-------------------|
| 1. | Sudah Berapa lama Ibu menjadi guru Bimbingan dan konseling ? | |
| 2. | Apakah pendidikan Ibu memang berasal dari jurusan bimbingan dan konseling ? | |
| 3. | Bagaimana dengan minat belajar siswa kelas XI di SMK BM Tamansiswa MEDAN buk ? | |
| 4. | Bagaimana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Dikelas XI buk? | |
| 5. | Bagaimana dengan bimbingan kelompok,apakah Ibu pernah melakukan layanan tersebut kepada siswa kelas XI buk? | |
| 6. | Tindakan Apa yang ibuk lakukan dalam menangani masalah siswa ? | |

Tabel 3.6 Pedoman Wawancara untuk Siswa

| 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 ? | |

3. Dokumentasi

Menurut Bowen (2020), dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang memanfaatkan berbagai bentuk dokumen, seperti foto, catatan lapangan, arsip, atau berkas lain yang dapat memberikan informasi pendukung terhadap fenomena yang diteliti. Pada penelitian ini, dokumentasi mencakup foto kegiatan layanan bimbingan kelompok, catatan proses layanan, dan dokumen sekolah yang relevan sebagai bukti pelaksanaan penelitian.

3.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses pengolahan terhadap data yang telah terkumpul selama penelitian berlangsung. Melalui proses analisis ini diharapkan peneliti memperoleh gambaran yang akurat dan konkret mengenai fenomena yang diteliti. Dalam penelitian ini, fenomena yang dimaksud adalah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa.

Menurut Creswell & Poth (2021), pendekatan kualitatif digunakan karena penelitian ini berupaya memahami fenomena secara mendalam melalui penelaahan terhadap perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan siswa pada konteks yang

alamiah. Data yang terkumpul dalam penelitian kualitatif sangat beragam, seperti catatan lapangan, transkrip wawancara, dan dokumentasi. Oleh sebab itu diperlukan proses analisis yang memadai melalui kegiatan mengatur, mengelompokkan, memberi kode, dan mengkategorikan data sehingga membentuk kesimpulan yang sah.

Sejalan dengan Miles, Huberman, & Saldaña (2020), analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan melalui tiga alur kegiatan yang berlangsung secara bersamaan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

A. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan, serta pengabstrakan data mentah yang didapat dari lapangan. Proses ini dilakukan sejak peneliti mulai mengumpulkan data hingga penelitian berakhir. Data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi mengenai perilaku prokrastinasi siswa dan proses layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling direduksi agar tidak menumpuk dan memudahkan peneliti dalam mengategorikan informasi penting.

Reduksi data dalam penelitian ini mencakup identifikasi pola perilaku penundaan tugas, respons siswa terhadap model perilaku yang ditampilkan, dan perubahan sikap yang tampak selama proses bimbingan kelompok. Proses reduksi dilakukan secara berkelanjutan untuk memastikan bahwa hanya data relevan yang digunakan dalam tahap analisis berikutnya.

B. Penyajian Data

Penyajian data adalah penyusunan sekumpulan informasi secara sistematis sehingga memungkinkan peneliti untuk memahami kondisi yang terjadi di lapangan. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk naratif, tabel, atau bagan agar mudah dibaca dan dianalisis lebih lanjut. Penyajian data dilakukan untuk menggambarkan hasil observasi dinamika kelompok, temuan wawancara tentang penyebab prokrastinasi, serta dokumentasi terkait kegiatan layanan bimbingan kelompok.

Melalui penyajian data, peneliti dapat melihat keterkaitan antar kategori, seperti hubungan antara proses modeling dengan penurunan kecenderungan siswa menunda tugas. Data yang tersaji secara terstruktur memudahkan peneliti dalam menentukan langkah selanjutnya menuju proses penyimpulan hasil penelitian.

C. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dari proses analisis data. Kesimpulan yang dihasilkan berasal dari interpretasi terhadap seluruh data yang telah direduksi dan disajikan. Pada tahap ini, peneliti menafsirkan makna dari pola-pola data untuk menjawab fokus penelitian, yaitu efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam mengurangi perilaku prokrastinasi.

Kesimpulan yang diperoleh bersifat sementara, namun akan semakin kuat apabila didukung oleh data yang konsisten dari berbagai sumber (triangulasi). Dalam penelitian ini, kesimpulan diambil berdasarkan catatan lapangan, hasil wawancara, dokumentasi kegiatan, serta pengamatan mengenai perubahan perilaku siswa setelah mengikuti model perilaku positif yang diperagakan dalam layanan

bimbingan kelompok. Dengan demikian, analisis data memberikan gambaran menyeluruh mengenai bagaimana teknik modeling dalam bimbingan kelompok mampu membantu siswa Kelas XI.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Temuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dalam mengurangi perilaku prokrastinasi belajar pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 7 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara sengaja dengan mempertimbangkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang menunjukkan perilaku prokrastinasi belajar, seperti sering menunda mengerjakan tugas, terlambat mengumpulkan tugas, serta kurang disiplin dalam menyelesaikan pekerjaan sekolah.

Selain itu, penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara untuk memperoleh data secara lebih mendalam mengenai perilaku prokrastinasi belajar pada siswa. Wawancara dilakukan dengan guru bimbingan dan konseling serta beberapa siswa yang menjadi peserta dalam kegiatan bimbingan kelompok. Penelitian ini juga menggunakan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) sebagai pedoman dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Pelaksanaan layanan dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap pengakhiran, dan evaluasi. Melalui tahapan tersebut diharapkan siswa dapat memahami dampak dari perilaku prokrastinasi belajar serta

mampu mencontoh perilaku positif melalui teknik modeling sehingga perilaku menunda-nunda tugas dapat berkurang.

A. Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, setiap anggota kelompok terlibat dalam interaksi timbal balik yang memungkinkan mereka untuk saling bertukar pikiran, menyampaikan pendapat, serta memberikan tanggapan terhadap pandangan anggota lainnya. Kegiatan ini memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar dari pengalaman satu sama lain sehingga dapat memberikan manfaat baik bagi diri sendiri maupun bagi anggota kelompok secara keseluruhan. Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi perilaku prokrastinasi belajar pada siswa. Teknik modeling memberikan contoh perilaku positif yang dapat ditiru oleh siswa sehingga mereka dapat memahami pentingnya disiplin belajar, tanggung jawab terhadap tugas, serta pengelolaan waktu yang baik dalam kegiatan akademik.

Observasi menjadi salah satu data pendukung yang digunakan oleh peneliti di lingkungan sekolah, khususnya berkaitan dengan perilaku prokrastinasi belajar pada siswa. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa masih terdapat beberapa siswa yang menunjukkan kecenderungan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sekolah. Hal ini terlihat ketika guru memberikan tugas di kelas, sebagian siswa tidak langsung mengerjakannya dan lebih memilih melakukan aktivitas lain seperti berbincang dengan teman, bermain telepon

genggam, atau menunggu hingga batas waktu pengumpulan tugas semakin dekat. Selain itu, terdapat pula siswa yang sering terlambat mengumpulkan tugas bahkan ada yang tidak menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan oleh guru.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi belajar masih menjadi salah satu permasalahan yang dihadapi oleh siswa di sekolah. Beberapa siswa terlihat kurang memiliki kesadaran untuk segera menyelesaikan tugas yang diberikan sehingga pekerjaan sering tertunda dan menumpuk. Hal ini tentu dapat berdampak pada rendahnya kedisiplinan belajar serta menurunnya hasil belajar siswa. Oleh karena itu, diperlukan suatu layanan yang dapat membantu siswa untuk mengubah perilaku tersebut, salah satunya melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

Selanjutnya, untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai kondisi siswa serta pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, peneliti melakukan wawancara dengan ibu Dra. Emilia guru Bimbingan dan Konseling di SMK BM Tamansiswa Medan. Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum mengenai pengalaman guru BK, kondisi minat belajar siswa, serta upaya yang dilakukan sekolah dalam menangani permasalahan prokrastinasi belajar.

Peneliti pertama kali menanyakan mengenai lama masa kerja guru sebagai guru Bimbingan dan Konseling. Guru BK menjelaskan *“bahwa dirinya telah menjalankan tugas sebagai guru Bimbingan dan Konseling selama kurang lebih 10 tahun. Namun demikian, beliau telah mengabdikan sebagai guru di sekolah tersebut*

sejak tahun 1994 sehingga memiliki pengalaman yang cukup panjang dalam menghadapi berbagai karakteristik serta permasalahan siswa di lingkungan sekolah” (wawancara dengan guru BK, 30/01/2026).

Selanjutnya peneliti menanyakan mengenai latar belakang pendidikan guru BK tersebut. Berdasarkan hasil wawancara, guru BK menjelaskan *“bahwa latar belakang pendidikannya tidak berasal dari jurusan Bimbingan dan Konseling, melainkan dari jurusan Akuntansi. Penugasan sebagai guru BK diberikan oleh kepala sekolah karena pada saat itu sekolah mengalami kekurangan tenaga guru BK. Meskipun demikian, guru tersebut menyatakan bahwa dirinya telah terbiasa menghadapi siswa dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari sehingga mampu menjalankan tugas bimbingan dan konseling dengan baik” (ungkapnya pada wawancara 30/01/2026).*

Peneliti kemudian menanyakan mengenai kondisi minat belajar siswa kelas XI di SMK BM Tamansiswa Medan. Guru BK menjelaskan *“bahwa secara umum minat belajar siswa tergolong cukup baik. Sekitar 70% siswa memiliki minat belajar yang baik, sedangkan sekitar 30% siswa lainnya menunjukkan minat belajar yang relatif rendah. Rendahnya minat belajar tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti perkembangan teknologi digital, kurangnya kesiapan belajar dari rumah, minimnya perhatian orang tua, serta metode pembelajaran yang kurang mampu memotivasi siswa sehingga pembelajaran terasa membosankan. Kondisi ini sering kali menyebabkan siswa menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru” (wawancara dengan guru BK, 30/01/2026).*

Selanjutnya peneliti menanyakan mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di kelas XI. Guru BK menjelaskan “*bahwa layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan melalui beberapa bentuk layanan, seperti layanan klasikal dan layanan kelompok. Layanan klasikal diberikan kepada seluruh siswa di kelas, sedangkan layanan kelompok diberikan kepada siswa yang memiliki permasalahan yang serupa sehingga dapat dibahas secara bersama-sama dalam suatu kelompok bimbingan*” (ungkapnya pada wawancara 30/01/2026).

Lebih lanjut, guru BK juga menyampaikan “*bahwa layanan bimbingan kelompok pernah dilaksanakan kepada siswa yang memiliki permasalahan yang sama, khususnya yang berkaitan dengan rendahnya minat belajar. Siswa yang memiliki masalah serupa dikumpulkan dalam satu kelompok untuk diberikan bimbingan serta arahan terkait permasalahan yang mereka hadapi. Selain itu, guru BK juga melibatkan orang tua siswa dalam proses penanganan masalah agar terdapat kerja sama antara pihak sekolah dan keluarga dalam membantu perkembangan siswa*” (wawancara dengan guru BK, 30/01/2026).

Dalam menangani permasalahan siswa, guru BK menjelaskan “*bahwa penanganan biasanya diawali dari laporan guru mata pelajaran kepada wali kelas. Wali kelas kemudian memberikan pembinaan kepada siswa hingga tiga kali peringatan. Apabila tidak terdapat perubahan perilaku, siswa tersebut dirujuk kepada guru Bimbingan dan Konseling untuk mendapatkan penanganan lebih lanjut. Guru BK kemudian melakukan wawancara dengan siswa, memanggil orang tua, serta mencocokkan informasi mengenai kondisi siswa di sekolah dan di rumah. Apabila tidak terdapat perubahan perilaku, pihak sekolah dapat memberikan*

sanksi secara bertahap berupa surat peringatan (SP1, SP2, dan SP3) sebagai bentuk penegakan disiplin di lingkungan sekolah” (ungkapnya pada wawancara 30/01/2026).

Dari hasil wawancara yang diperoleh, terungkap bahwa guru bimbingan dan konseling di SMK BM Tamansiswa Medan telah memiliki pengalaman dalam menyelenggarakan berbagai layanan bimbingan dan konseling, termasuk layanan bimbingan kelompok bagi siswa yang mengalami permasalahan belajar. Guru BK juga menjelaskan bahwa masih terdapat beberapa siswa yang menunjukkan perilaku prokrastinasi belajar, seperti menunda mengerjakan tugas, terlambat mengumpulkan tugas, serta kurang memiliki kedisiplinan dalam menyelesaikan pekerjaan sekolah. Kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain rendahnya motivasi belajar, kurangnya pengawasan orang tua, serta penggunaan teknologi yang kurang terkontrol sehingga siswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk aktivitas lain dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi belajar dapat memberikan dampak terhadap kedisiplinan dan tanggung jawab akademik siswa. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dianggap penting untuk membantu siswa memahami pentingnya pengelolaan waktu belajar serta mencontoh perilaku belajar yang lebih positif sehingga perilaku menunda-nunda tugas dapat dikurangi.

B. Perilaku Prokrastinasi Belajar yang Tinggi pada Siswa Kelas XI SMK BM Tamansiswa Medan

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada beberapa siswa kelas XI di SMK BM Tamansiswa Medan, diperoleh gambaran bahwa sebagian siswa masih menunjukkan perilaku prokrastinasi belajar yang cukup tinggi. Prokrastinasi belajar merupakan perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan akademik yang seharusnya dapat dikerjakan lebih awal. Perilaku ini dapat terlihat dari kebiasaan siswa yang tidak langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, sering menunda pengumpulan tugas, serta kurang memiliki kedisiplinan dalam menyelesaikan tugas tepat waktu.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada siswa yang berinisial RK, diketahui bahwa ia tidak selalu langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. RK menyatakan bahwa ia cenderung melihat terlebih dahulu sikap guru terhadap tugas yang diberikan. Apabila guru tidak memberikan teguran atau pengingat secara langsung, maka tugas tersebut dianggap belum terlalu mendesak untuk segera diselesaikan. *“Biasanya kalau dikasih tugas aku nggak langsung ngerjain, kadang lihat dulu gurunya gimana. Kalau nggak diingatkan ya kadang ditunda dulu”* (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Siswa lain yang berinisial DP juga mengungkapkan bahwa ia terkadang mengobrol dengan teman saat proses pembelajaran berlangsung di dalam kelas. Menurutnya, hal tersebut terjadi karena ia merasa kurang nyaman atau kurang tertarik dengan metode pembelajaran yang disampaikan oleh guru sehingga perhatian terhadap materi pelajaran menjadi berkurang. *“Kadang kalau pelajaran*

terasa membosankan aku jadi ngobrol sama teman, jadi kurang fokus sama pelajaran” (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Selanjutnya siswa yang berinisial AM menyatakan bahwa ia sering menunda pengumpulan tugas yang diberikan oleh guru. AM menjelaskan bahwa penundaan tersebut terjadi karena banyaknya tugas yang harus diselesaikan sehingga menimbulkan rasa lelah dan membuat dirinya memilih menunda pengerjaan tugas. *“Kadang tugasnya banyak jadi capek duluan, akhirnya ditunda dulu baru nanti dikerjain”* (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Siswa yang berinisial KA juga menyampaikan bahwa ia tidak selalu terlambat dalam mengumpulkan tugas, namun keterlambatan tersebut cukup sering terjadi. Hal ini disebabkan oleh kondisi motivasi belajar yang tidak selalu stabil. Pada waktu tertentu KA merasa rajin untuk menyelesaikan tugas tepat waktu, tetapi pada waktu lain semangat belajarnya menurun sehingga tugas menjadi tertunda. *“Kadang bisa tepat waktu, tapi kadang juga terlambat karena lagi malas atau nggak semangat ngerjain tugas”* (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Sementara itu siswa yang berinisial FN juga mengakui bahwa dirinya pernah menunda menyelesaikan tugas meskipun tugas tersebut tergolong penting. FN menjelaskan bahwa rasa lelah akibat banyaknya tugas yang diberikan membuat dirinya kesulitan untuk menyelesaikan tugas secara maksimal sehingga memilih menundanya terlebih dahulu. *“Pernah sih nunda tugas walaupun penting, soalnya lagi capek atau tugasnya banyak jadi ditunda dulu”* (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Selain itu, siswa yang berinisial SA juga menyatakan bahwa ia pernah berpikir bahwa keterlambatan dalam mengumpulkan tugas bukanlah suatu masalah selama tugas tersebut tetap dikumpulkan. Menurutnya, selama guru masih memberikan kesempatan untuk mengumpulkan tugas, maka keterlambatan tidak dianggap sebagai sesuatu yang serius. *“Kadang mikir yang penting tugasnya tetap dikumpulin walaupun agak telat, apalagi kalau gurunya masih menerima tugasnya”* (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Terakhir, siswa yang berinisial SD juga mengungkapkan bahwa ia pernah menunda mengerjakan tugas karena merasa kurang memiliki semangat belajar. Kondisi tersebut membuat dirinya sering mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan yang telah ditentukan oleh guru. *“Kadang kalau lagi malas tugasnya ditunda dulu, nanti kalau udah mau dikumpul baru dikerjain”* (ungkapnya pada wawancara dengan siswa, 30/01/2026).

Berdasarkan hasil wawancara terlihat bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan untuk menunda dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti rasa malas, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, kurangnya motivasi belajar, serta kebiasaan menunggu hingga batas waktu pengumpulan tugas semakin dekat. Beberapa siswa juga mengakui bahwa mereka tidak selalu langsung mengerjakan tugas ketika diberikan, terutama apabila tidak ada teguran atau pengingat secara langsung dari guru. Selain itu, kondisi pembelajaran yang dianggap kurang menarik juga menjadi salah satu penyebab siswa kehilangan fokus sehingga lebih memilih

melakukan aktivitas lain seperti mengobrol dengan teman dibandingkan memperhatikan pelajaran.

Namun demikian, tidak semua siswa selalu menunjukkan perilaku menunda dalam setiap situasi. Beberapa siswa menyatakan bahwa mereka tetap berusaha menyelesaikan tugas tepat waktu ketika memiliki motivasi belajar yang baik atau ketika merasa tugas tersebut penting untuk diselesaikan. Secara keseluruhan, hasil wawancara ini menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi belajar masih cukup sering terjadi pada sebagian siswa, yang ditandai dengan kebiasaan menunda pengerjaan tugas, kurang disiplin dalam pengumpulan tugas, serta adanya kecenderungan menyelesaikan tugas mendekati batas waktu yang telah ditentukan. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi belajar perlu mendapatkan perhatian melalui layanan bimbingan dan konseling agar siswa dapat meningkatkan kedisiplinan dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas belajar.

C. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Belajar pada Siswa Kelas XI SMK BM Tamansiswa Medan

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terdapat beberapa asas yang harus diterapkan agar proses layanan dapat berjalan secara efektif. Asas-asas tersebut meliputi asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kenormatifan, serta asas keahlian. Asas-asas tersebut menjadi landasan penting dalam kegiatan bimbingan kelompok, karena melalui penerapan prinsip tersebut setiap anggota kelompok dapat merasa aman, nyaman, serta memiliki kesempatan untuk mengemukakan pendapat, pengalaman, maupun permasalahan yang sedang

dihadapi. Dengan demikian, proses interaksi yang terjadi dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat berlangsung secara terbuka dan memberikan manfaat bagi seluruh anggota kelompok.

Selain menerapkan layanan bimbingan kelompok, peneliti juga mengintegrasikan teknik dalam bidang bimbingan dan konseling berupa modeling (modeling simbolik) sebagai strategi dalam membantu siswa mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Teknik modeling merupakan salah satu teknik dalam pendekatan behavioristik yang memberikan contoh perilaku positif yang dapat diamati dan ditiru oleh individu. Melalui teknik ini siswa diharapkan dapat memahami serta mencontoh perilaku belajar yang lebih disiplin, seperti mengerjakan tugas tepat waktu, mengatur waktu belajar dengan baik, serta menghindari kebiasaan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas akademik. Modeling simbolik merupakan proses pembelajaran melalui pengamatan terhadap model yang disajikan dalam bentuk simbol, seperti cerita, ilustrasi, gambar, atau contoh perilaku yang disampaikan oleh konselor.

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan layanan bimbingan kelompok yang meliputi tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Pada tahap pembentukan, peneliti memperkenalkan tujuan kegiatan serta membangun suasana yang kondusif agar anggota kelompok merasa nyaman untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya pada tahap kegiatan, peneliti menyampaikan materi yang berkaitan dengan perilaku prokrastinasi belajar serta memberikan contoh perilaku belajar yang baik melalui teknik modeling (modeling simbolik) agar siswa dapat

mengamati, memahami, serta mencontoh perilaku tersebut dalam kegiatan belajar sehari-hari. Pada tahap pengakhiran, peneliti bersama anggota kelompok melakukan evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan agar siswa dapat menyadari pentingnya mengurangi perilaku prokrastinasi belajar serta mulai membangun kebiasaan belajar yang lebih disiplin dan bertanggung jawab.

1. Layanan Bimbingan Kelompok Pertama

A. Perencanaan

Pada tahap awal, peneliti melakukan pemilihan peserta layanan bimbingan kelompok berdasarkan rekomendasi dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMK BM Tamansiswa Medan. Rekomendasi tersebut diberikan berdasarkan hasil pengamatan guru BK terhadap siswa yang menunjukkan perilaku prokrastinasi belajar, seperti sering menunda mengerjakan tugas, tidak segera menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, serta kurang disiplin dalam mengatur waktu belajar. Berdasarkan rekomendasi tersebut, peneliti kemudian mengidentifikasi beberapa siswa yang memenuhi kriteria untuk dijadikan peserta dalam layanan bimbingan kelompok. Setelah calon peserta teridentifikasi, peneliti melakukan pendekatan awal kepada siswa untuk menjelaskan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, manfaat kegiatan, serta pentingnya keterlibatan aktif dalam setiap pertemuan. Pendekatan ini dilakukan secara komunikatif agar siswa merasa nyaman dan bersedia mengikuti kegiatan secara sukarela.

Berdasarkan proses tersebut, dipilih beberapa siswa yang bersedia dan memenuhi kriteria untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan topik mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Dalam kegiatan ini, peneliti

menggunakan teknik modeling (modeling simbolik) sebagai strategi untuk membantu siswa memahami dan mencontoh perilaku belajar yang lebih disiplin. Melalui teknik ini, siswa diberikan contoh perilaku positif yang dapat diamati melalui cerita, ilustrasi, atau contoh situasi yang menggambarkan bagaimana seorang siswa mampu mengatur waktu belajar dengan baik serta tidak menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas akademik.

Sebelum layanan bimbingan kelompok dilaksanakan, kegiatan ini dipandu oleh Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) yang berfungsi sebagai pedoman dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. RPL tersebut disusun secara sistematis agar kegiatan dapat berjalan secara terarah sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama ini dilaksanakan dalam waktu 1×45 menit, dengan tahapan kegiatan yang meliputi tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Melalui perencanaan yang matang ini diharapkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan baik serta membantu siswa dalam mengurangi perilaku prokrastinasi belajar.

B. Tindakan

Pada tahap pelaksanaan tindakan, peneliti mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling (modeling simbolik) sebagai upaya untuk membantu siswa mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Pada pertemuan pertama, peneliti melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok yang melibatkan beberapa peserta layanan di ruang Aula yang kondusif selama 1×45 menit sesuai dengan panduan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) yang telah

disusun sebelumnya. Dalam kegiatan ini, peneliti berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan jalannya kegiatan agar siswa dapat berpartisipasi secara aktif dalam setiap tahapan layanan bimbingan kelompok.

Pada tahap kegiatan, peneliti memberikan penjelasan mengenai perilaku prokrastinasi belajar serta dampak yang dapat ditimbulkan apabila kebiasaan menunda-nunda tugas terus dilakukan. Selanjutnya peneliti menyajikan contoh perilaku belajar yang positif melalui teknik modeling (modeling simbolik), seperti melalui cerita atau ilustrasi yang menggambarkan seorang siswa yang mampu mengatur waktu belajar dengan baik dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Melalui kegiatan tersebut, siswa diajak untuk mengamati, memahami, serta mencontoh perilaku yang ditampilkan oleh model. Selain itu, siswa juga diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan menyampaikan pendapat mengenai pengalaman mereka terkait kebiasaan menunda tugas dalam kegiatan belajar sehari-hari. Dengan demikian, diharapkan siswa dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik serta termotivasi untuk mulai mengurangi perilaku prokrastinasi belajar.

1. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan bimbingan kelompok, peneliti membuka kegiatan dengan menyapa siswa secara ramah dan penuh semangat agar tercipta suasana awal yang hangat dan menyenangkan. Peneliti menyampaikan, *“Selamat pagi semuanya! Senang sekali hari ini kita bisa berkumpul bersama. Semoga kalian dalam keadaan sehat dan siap mengikuti kegiatan ini dengan semangat, ya.”* Setelah itu, peneliti memperkenalkan diri sebagai pemimpin kelompok yang akan memandu jalannya kegiatan bimbingan kelompok. Selanjutnya peneliti meminta

setiap anggota kelompok untuk memperkenalkan diri secara bergiliran agar tercipta suasana kebersamaan dan kedekatan antar anggota kelompok.

Setelah kegiatan perkenalan selesai, peneliti memberikan penjelasan singkat mengenai pengertian dan tujuan dari kegiatan bimbingan kelompok. Penjelasan ini disampaikan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami agar peserta didik memahami bahwa kegiatan bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang melibatkan partisipasi aktif dari setiap anggota kelompok. Peneliti menjelaskan, *“Melalui kegiatan ini, kita akan bersama-sama membahas tentang perilaku prokrastinasi belajar, yaitu kebiasaan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, serta bagaimana cara mengurangi kebiasaan tersebut melalui teknik modeling (modeling simbolik).”* Dengan penjelasan tersebut, siswa diharapkan dapat memahami arah dan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan.

Selanjutnya, peneliti menjelaskan asas-asas yang harus dijunjung tinggi selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, dan kenormatifan. Peneliti menekankan pentingnya menjaga kerahasiaan setiap hal yang dibahas dalam kelompok agar seluruh anggota merasa aman dalam berbagi pengalaman dan pendapat. Peneliti juga menyampaikan kepada peserta, *“Ibu berharap nantinya kalian dapat aktif dan berani mengemukakan pendapat, saling menghargai satu sama lain, serta tetap menjaga tata tertib dan etika selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.”* Dengan adanya penjelasan tersebut, diharapkan kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan tertib, nyaman, dan memberikan manfaat bagi seluruh peserta.

2. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti memastikan bahwa seluruh siswa telah siap untuk melanjutkan kegiatan bimbingan kelompok ke tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan inti. Peneliti terlebih dahulu menanyakan kesiapan siswa serta memberikan kesempatan kepada mereka untuk menyampaikan pertanyaan apabila masih terdapat hal-hal yang belum dipahami terkait kegiatan yang akan dilaksanakan. Peneliti menyampaikan, *“Sebelum kita melanjutkan ke tahap berikutnya, apakah ada yang ingin ditanyakan mengenai kegiatan yang akan kita lakukan hari ini?”* Melalui kesempatan tersebut, siswa dapat menyampaikan hal-hal yang masih kurang jelas sehingga mereka dapat mengikuti kegiatan dengan lebih memahami alur yang akan dijalankan.

Setelah sesi tanya jawab selesai, peneliti kembali mengingatkan secara singkat mengenai peran dan tanggung jawab yang harus dijalankan oleh setiap anggota kelompok selama kegiatan berlangsung. Peneliti menekankan bahwa setiap siswa diharapkan dapat berpartisipasi secara aktif, mendengarkan dengan baik ketika teman berbicara, menghargai setiap pendapat yang disampaikan, serta menjaga kerahasiaan setiap pembahasan yang terjadi dalam kelompok. Peneliti menyampaikan, *“Ibu berharap kalian dapat mengikuti kegiatan ini dengan aktif, saling menghargai satu sama lain, serta berani menyampaikan pendapat atau pengalaman yang berkaitan dengan kebiasaan menunda-nunda tugas.”*

Setelah seluruh siswa menyatakan kesiapan mereka, peneliti kemudian menutup tahap peralihan dan mengarahkan kegiatan menuju tahap inti. Peneliti menyampaikan, *“Baik, jika semuanya sudah siap, sekarang kita akan masuk ke*

tahap kegiatan. Pada tahap ini kita akan membahas tentang perilaku prokrastinasi belajar dan melihat contoh perilaku belajar yang baik melalui teknik modeling (modeling simbolik)." Tahap peralihan ini bertujuan untuk mempersiapkan siswa secara mental dan emosional agar lebih siap mengikuti proses bimbingan kelompok secara aktif pada tahap kegiatan selanjutnya.

3. Tahap Inti/Kerja

Pada tahap inti, peneliti memulai kegiatan dengan menetapkan topik yang akan dibahas bersama siswa, yaitu mengenai perilaku prokrastinasi belajar, yaitu kebiasaan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan akademik. Peneliti menyampaikan kepada siswa, *"Hari ini kita akan membahas tentang kebiasaan menunda-nunda tugas atau yang disebut dengan prokrastinasi belajar. Kadang kita sudah diberi tugas oleh guru, tetapi kita tidak langsung mengerjakannya dan memilih menunda sampai mendekati waktu pengumpulan. Kira-kira kalian pernah mengalami hal seperti itu?"*

Setelah pertanyaan tersebut disampaikan, beberapa siswa mulai memberikan tanggapan dan berbagi pengalaman mereka. RK mengatakan, *"Biasanya kalau dikasih tugas aku nggak langsung ngerjain, kadang lihat dulu gurunya gimana. Kalau nggak diingatkan ya kadang ditunda dulu."* Kemudian DP juga menyampaikan, *"Kadang kalau pelajaran terasa membosankan aku jadi ngobrol sama teman, jadi kurang fokus sama pelajaran."* Selanjutnya AM mengatakan, *"Kadang tugasnya banyak jadi capek duluan, akhirnya ditunda dulu baru nanti dikerjain."* Kemudian KA menambahkan, *"Kadang bisa tepat waktu, tapi kadang juga terlambat karena lagi malas atau nggak semangat ngerjain tugas."* Sementara

itu FN juga mengungkapkan, *“Pernah sih nunda tugas walaupun penting, soalnya lagi capek atau tugasnya banyak jadi ditunda dulu.”* SA juga menyampaikan, *“Kadang mikir yang penting tugasnya tetap dikumpulin walaupun agak telat, apalagi kalau gurunya masih menerima tugasnya.”* Kemudian SD menambahkan, *“Kadang kalau lagi malas tugasnya ditunda dulu, nanti kalau sudah mau dikumpul baru dikerjain.”*

Melalui diskusi tersebut, siswa mulai menyadari bahwa kebiasaan menunda tugas dapat terjadi karena berbagai faktor seperti rasa malas, kurangnya motivasi belajar, banyaknya tugas yang diberikan, serta kurangnya kemampuan dalam mengatur waktu belajar. Setelah itu, peneliti memberikan contoh perilaku belajar yang baik melalui teknik modeling (modeling simbolik) dengan menayangkan sebuah video yang menggambarkan seorang siswa yang mampu mengatur waktu belajar dengan baik serta tidak menunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Peneliti menyampaikan, *“Coba kalian perhatikan video ini dengan baik, bagaimana cara siswa tersebut mengatur waktu belajarnya dan menyelesaikan tugas tepat waktu.”*

Setelah video selesai ditayangkan, peneliti mengajak siswa untuk mendiskusikan isi video tersebut. Peneliti bertanya, *“Menurut kalian, perilaku apa yang bisa kita tiru dari siswa yang ada di dalam video tadi?”* Beberapa siswa kemudian memberikan tanggapan. RK mengatakan, *“Kalau ada tugas sebaiknya langsung mulai dikerjakan supaya tidak menumpuk.”* Kemudian AM juga menambahkan, *“Lebih baik membuat jadwal belajar supaya tugas bisa selesai lebih cepat.”* Melalui kegiatan ini, siswa diharapkan dapat memahami contoh

perilaku belajar yang baik dan mulai mencontoh perilaku tersebut dalam kegiatan belajar sehari-hari sehingga kebiasaan menunda-nunda tugas dapat dikurangi.

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, peneliti memberikan penguatan terhadap hal-hal penting yang telah dibahas oleh siswa selama proses diskusi berlangsung. Peneliti menyampaikan bahwa keterbukaan siswa dalam berbagi pengalaman mengenai kebiasaan menunda-nunda tugas serta kesadaran mereka terhadap perilaku prokrastinasi belajar merupakan langkah awal yang baik dalam proses perubahan perilaku. Peneliti menyampaikan, *“Dari diskusi yang telah kita lakukan, kita dapat memahami bahwa kebiasaan menunda-nunda tugas dapat berdampak pada proses belajar dan hasil yang diperoleh. Namun, dengan adanya kesadaran untuk berubah dan memperbaiki kebiasaan belajar, kalian sudah berada pada langkah yang tepat untuk menjadi lebih disiplin dalam mengerjakan tugas.”* Peneliti juga memberikan apresiasi atas keberanian dan keaktifan siswa dalam menyampaikan pendapat serta pengalaman mereka selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.

Selanjutnya, peneliti mengajak siswa untuk merencanakan langkah kecil yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Siswa diminta untuk menyampaikan komitmen pribadi yang akan mereka lakukan setelah kegiatan ini. Salah satu siswa, RK, menyampaikan, *“Saya akan mencoba mengerjakan tugas sedikit demi sedikit supaya tidak menumpuk.”* Kemudian siswa lain, AM, menambahkan, *“Saya akan mencoba membuat jadwal belajar supaya tugas bisa dikerjakan lebih awal.”* Peneliti menegaskan bahwa perubahan kebiasaan memang membutuhkan proses, namun

dengan adanya komitmen serta usaha yang konsisten, kebiasaan menunda-nunda tugas dapat dikurangi.

Sebagai penutup, peneliti mengajak siswa untuk merefleksikan kembali kegiatan yang telah dilakukan pada pertemuan tersebut. Peneliti menyampaikan harapan agar siswa dapat menerapkan perilaku belajar yang lebih disiplin sebagaimana contoh yang telah disampaikan melalui teknik modeling (modeling simbolik) selama kegiatan berlangsung. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas partisipasi dan keterlibatan aktif seluruh siswa dalam kegiatan bimbingan kelompok. Kegiatan kemudian diakhiri dengan salam penutup serta harapan agar siswa dapat menerapkan kebiasaan belajar yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

Tabel 4.1 Hasil Observasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

| No | Aspek yang Dinilai | Indikator Penilaian | Hasil Pengamatan |
|----|----------------------------------|---|---|
| 1 | Partisipasi Siswa | Siswa aktif mengikuti kegiatan bimbingan kelompok | Sebagian besar siswa terlihat aktif dalam mengikuti kegiatan |
| 2 | Keberanian Mengemukakan Pendapat | Siswa berani menyampaikan pendapat dan pengalaman selama diskusi | Siswa mulai berani berbagi pengalaman terkait kebiasaan menunda tugas |
| 3 | Pemahaman Materi | Siswa memahami pengertian dan dampak perilaku prokrastinasi belajar | Siswa mampu menjelaskan penyebab dan dampak prokrastinasi belajar |
| 4 | Pengamatan Model | Siswa memperhatikan video modeling simbolik yang ditayangkan | Siswa terlihat fokus saat menonton video dan memahami contoh perilaku belajar yang baik |
| 5 | Kemampuan Menyimpulkan | Siswa mampu menyimpulkan perilaku belajar yang baik dari video yang ditayangkan | Siswa mampu menyebutkan perilaku positif seperti mengatur waktu belajar dan |

| | | | |
|---|--------------------|--|--|
| | | | mengerjakan tugas tepat waktu |
| 6 | Komitmen Perubahan | Siswa menunjukkan niat untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar | Beberapa siswa menyampaikan komitmen untuk mengerjakan tugas lebih awal dan membuat jadwal belajar |

Berdasarkan temuan hasil pengamatan yang dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling (BK) pada tanggal 2 february 2026 di SMK BM Tamansiswa Medan setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pertama, diperoleh gambaran mengenai perubahan perilaku prokrastinasi belajar pada siswa yang mengikuti layanan. Observasi dilakukan dengan menggunakan instrumen catatan lapangan serta hasil penilaian layanan selama kegiatan berlangsung.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mulai menunjukkan perubahan yang positif terhadap kebiasaan belajar mereka. Beberapa siswa seperti RK, DP, AM, KA, dan FN mulai menunjukkan sikap yang lebih baik dalam menyikapi tugas yang diberikan oleh guru. Siswa terlihat lebih memahami pentingnya mengerjakan tugas tepat waktu serta mulai menyadari dampak negatif dari kebiasaan menunda-nunda tugas. Selain itu, selama kegiatan berlangsung siswa juga terlihat lebih aktif dalam berdiskusi serta mampu mengemukakan pendapat dan pengalaman mereka terkait kebiasaan prokrastinasi belajar yang selama ini mereka lakukan.

Namun demikian, masih terdapat beberapa siswa yang belum menunjukkan perubahan yang optimal, seperti SA dan SD. Kedua siswa tersebut masih menunjukkan kecenderungan untuk menunda pengerjaan tugas serta kurang

memiliki motivasi yang kuat dalam mengatur waktu belajar. Hal ini terlihat dari tanggapan mereka selama diskusi yang masih menunjukkan kebiasaan mengerjakan tugas mendekati batas waktu pengumpulan. Selain itu, dalam kegiatan diskusi mereka juga terlihat masih ragu dalam menyampaikan rencana perubahan yang akan dilakukan.

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti merencanakan untuk melaksanakan pertemuan kedua layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling (modeling simbolik) sebagai tindak lanjut dari kegiatan sebelumnya. Pada pertemuan kedua ini, peneliti akan memberikan penguatan kembali melalui contoh perilaku belajar yang baik dengan tujuan agar siswa dapat lebih memahami pentingnya disiplin belajar serta mampu mengurangi kebiasaan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas akademik. Dengan demikian, diharapkan pada pertemuan selanjutnya seluruh siswa dapat menunjukkan perubahan perilaku belajar yang lebih baik.

2. Layanan Bimbingan Kelompok Pertemuan Kedua

1. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan pertemuan kedua, peneliti kembali melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok sebagaimana yang telah dilakukan pada pertemuan sebelumnya. Kegiatan ini dilaksanakan dengan diawali salam, doa bersama, serta menciptakan suasana yang nyaman agar siswa dapat mengikuti kegiatan dengan baik. Peneliti kemudian mengajak siswa untuk mengingat kembali kegiatan yang telah dilakukan pada pertemuan pertama, khususnya mengenai pembahasan tentang

perilaku prokrastinasi belajar dan pentingnya mengurangi kebiasaan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas sekolah.

Selanjutnya peneliti menjelaskan kembali tujuan kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan kedua ini, yaitu untuk memperkuat pemahaman siswa mengenai cara mengurangi perilaku prokrastinasi belajar melalui contoh perilaku belajar yang baik dengan menggunakan teknik modeling (modeling simbolik). Peneliti juga menyampaikan kembali aturan yang harus dipatuhi selama kegiatan berlangsung, seperti saling menghargai pendapat, menjaga ketertiban selama diskusi, serta berani menyampaikan pendapat maupun pengalaman yang berkaitan dengan kebiasaan belajar mereka.

Peneliti menyampaikan kepada siswa, *“Selamat pagi semuanya, bagaimana kabar kalian hari ini?”* Para siswa menjawab bahwa mereka dalam keadaan baik. Peneliti kemudian mengatakan, *“Pada pertemuan sebelumnya kita sudah membahas tentang kebiasaan menunda-nunda tugas atau prokrastinasi belajar. Pada pertemuan hari ini kita akan melanjutkan pembahasan tersebut dan melihat bagaimana cara mengurangi kebiasaan tersebut melalui contoh perilaku belajar yang baik.”* Dengan demikian, tahap pembentukan ini bertujuan untuk membangun kembali suasana kelompok yang kondusif serta mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan selanjutnya.

2. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti memastikan kesiapan seluruh siswa untuk mengikuti kegiatan inti. Peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan apabila masih terdapat hal-hal yang belum mereka pahami dari

kegiatan pada pertemuan sebelumnya. Selain itu, peneliti juga mengingatkan kembali kepada siswa mengenai peran mereka selama kegiatan berlangsung, yaitu aktif berdiskusi, menghargai pendapat teman, serta bersedia berbagi pengalaman mengenai kebiasaan belajar yang mereka lakukan.

Peneliti kemudian bertanya kepada siswa, *“Sebelum kita melanjutkan kegiatan hari ini, apakah ada yang masih ingin ditanyakan tentang materi yang kita bahas pada pertemuan sebelumnya?”* Siswa menjawab bahwa tidak ada pertanyaan dan mereka sudah memahami pembahasan sebelumnya. Peneliti kemudian menegaskan kembali, *“Ibu berharap selama kegiatan berlangsung kalian dapat mengikuti kegiatan dengan baik, aktif berdiskusi, serta berani menyampaikan pendapat mengenai kebiasaan belajar kalian.”* Setelah semua siswa menyatakan siap mengikuti kegiatan, peneliti kemudian mengarahkan kegiatan untuk memasuki tahap inti.

3. Tahap Inti / Kerja

Pada tahap inti, peneliti kembali mengingatkan siswa mengenai perilaku prokrastinasi belajar yang sering terjadi pada siswa, seperti menunda mengerjakan tugas sekolah, lebih memilih bermain handphone, atau melakukan kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan belajar. Untuk membantu siswa memahami perilaku belajar yang baik, peneliti kemudian menayangkan sebuah video sebagai bagian dari penerapan teknik modeling (modeling simbolik). Video tersebut menampilkan contoh seorang siswa yang mampu mengatur waktu belajar dengan baik, mengerjakan tugas tepat waktu, serta tidak menunda-nunda pekerjaan yang diberikan oleh guru.

Setelah video selesai ditayangkan, peneliti mengajak siswa untuk mendiskusikan kembali isi video tersebut. Peneliti bertanya kepada siswa, *“Menurut kalian, apa yang dapat kita pelajari dari video yang baru saja kita tonton?”* Salah satu siswa, RK, menjawab, *“Siswa di video itu langsung mengerjakan tugasnya, Bu, tidak menunda.”* Kemudian siswa lain, DP, menambahkan, *“Dia juga membuat jadwal belajar supaya tidak kewalahan saat banyak tugas.”*

Peneliti kemudian mengaitkan isi video tersebut dengan pengalaman siswa dalam kegiatan belajar sehari-hari. Peneliti bertanya, *“Bagaimana dengan kalian? Apakah kalian masih menunda mengerjakan tugas?”* Salah satu siswa, AM, menjawab, *“Saya sering menunda mengerjakan tugas, Bu. Biasanya saya mengerjakannya kalau sudah mendekati waktu pengumpulan.”* Siswa lain, KA, juga menambahkan, *“Kadang saya lebih memilih bermain handphone terlebih dahulu baru mengerjakan tugas.”*

Melalui diskusi tersebut, siswa mulai menyadari kebiasaan prokrastinasi belajar yang selama ini mereka lakukan serta memahami dampak negatif dari kebiasaan tersebut. Peneliti kemudian mengajak siswa untuk memikirkan langkah-langkah yang dapat dilakukan agar mereka dapat mengurangi kebiasaan menunda-nunda tugas. Beberapa siswa menyampaikan rencana mereka, seperti membuat jadwal belajar serta berusaha mengerjakan tugas segera setelah diberikan oleh guru.

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, peneliti memberikan penguatan terhadap hasil diskusi yang telah dilakukan oleh siswa selama kegiatan berlangsung. Peneliti

menegaskan bahwa perilaku prokrastinasi belajar dapat dikurangi apabila siswa memiliki kesadaran untuk mengatur waktu belajar dengan baik serta memiliki komitmen untuk mengerjakan tugas tepat waktu.

Peneliti kemudian menyampaikan, *“Dari kegiatan hari ini kita belajar bahwa kebiasaan menunda tugas dapat diatasi jika kita mampu mengatur waktu belajar dengan baik dan memiliki disiplin dalam menyelesaikan tugas.”* Peneliti juga memberikan motivasi kepada siswa agar mereka dapat mulai menerapkan kebiasaan belajar yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai penutup kegiatan, peneliti mengucapkan terima kasih atas partisipasi aktif siswa selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung. Peneliti berharap agar siswa dapat menerapkan hal-hal positif yang telah dipelajari selama kegiatan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Kegiatan kemudian diakhiri dengan salam penutup.

Tabel 4.2 Hasil Observasi Perilaku Prokrastinasi Siswa dalam Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling

| No | Aspek yang Dinilai | Indikator Penilaian | Hasil Pengamatan |
|----|----------------------|---|--|
| 1 | Partisipasi Siswa | Siswa aktif mengikuti kegiatan bimbingan kelompok | Sebagian besar siswa mengikuti kegiatan dengan baik dan menunjukkan keterlibatan selama proses layanan berlangsung |
| 2 | Keaktifan Berdiskusi | Siswa berani menyampaikan pendapat serta pengalaman terkait kebiasaan menunda tugas | Beberapa siswa aktif menyampaikan pengalaman mereka mengenai kebiasaan menunda tugas dan cara mengatasinya |
| 3 | Pemahaman Materi | Siswa memahami pengertian serta dampak dari perilaku prokrastinasi belajar | Siswa mampu menjelaskan kembali dampak menunda tugas terhadap kegiatan belajar mereka |

| | | | |
|---|--|---|---|
| 4 | Pengamatan Modeling Simbolik | Siswa memperhatikan video modeling simbolik yang ditayangkan | Siswa terlihat fokus saat menonton video dan memahami contoh perilaku belajar yang baik |
| 5 | Kemampuan Mengambil Pelajaran dari Model | Siswa mampu menyimpulkan perilaku belajar yang baik dari video yang ditampilkan | Siswa dapat menyebutkan perilaku positif seperti mengerjakan tugas tepat waktu dan mengatur jadwal belajar |
| 6 | Komitmen Perubahan Perilaku | Siswa menunjukkan niat untuk mengurangi kebiasaan prokrastinasi belajar | Beberapa siswa menyampaikan rencana untuk mengerjakan tugas lebih awal dan mengatur waktu belajar dengan lebih baik |

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti bersama Guru Bimbingan dan Konseling (BK) selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terlihat bahwa sebagian besar anggota kelompok telah menunjukkan perubahan perilaku yang positif dalam mengurangi kebiasaan prokrastinasi belajar. Selama masa observasi dari tanggal 2 hingga 9 Februari 2026, siswa mulai menunjukkan kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya mengerjakan tugas tepat waktu serta mengurangi kebiasaan menunda-nunda pekerjaan akademik. Hal ini terlihat dari keterlibatan siswa yang lebih aktif dalam kegiatan diskusi kelompok, kemampuan mereka dalam memahami materi yang disampaikan, serta respon siswa terhadap video modeling (modeling simbolik) yang ditayangkan selama kegiatan layanan berlangsung.

Selain itu, siswa juga mulai menunjukkan komitmen untuk memperbaiki kebiasaan belajar mereka. Beberapa siswa menyampaikan rencana untuk membuat jadwal belajar, mengerjakan tugas segera setelah diberikan oleh guru, serta mengurangi penggunaan handphone pada saat waktu belajar. Siswa juga terlihat

lebih fokus selama kegiatan berlangsung dan mampu menyimpulkan perilaku belajar yang baik dari contoh yang ditampilkan dalam video modeling simbolik. Hal ini menunjukkan bahwa tujuan dari layanan bimbingan kelompok yang diberikan telah mulai tercapai, yaitu membantu siswa memahami dan mengurangi perilaku prokrastinasi belajar.

Meskipun demikian, untuk memperkuat pemahaman serta menjaga konsistensi perubahan perilaku siswa, peneliti memandang perlu untuk terus memberikan penguatan terhadap kebiasaan belajar yang positif. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan diharapkan dapat menjadi sarana bagi siswa untuk terus mengembangkan sikap disiplin dalam belajar serta mengurangi kebiasaan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas akademik. Dengan demikian, perubahan perilaku yang telah mulai terlihat dapat terus dipertahankan dan ditingkatkan dalam kegiatan belajar sehari-hari.

C. Layanan Bimbingan Kelompok Pertemuan Ketiga

1. Tahap Pembentukan

Pada pertemuan ketiga yang dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2026, peneliti kembali melaksanakan layanan bimbingan kelompok bersama siswa kelas XI SMK BM Tamansiswa Medan. Pada pertemuan ini, peneliti tidak lagi melakukan perkenalan diri maupun perkenalan anggota kelompok seperti pada pertemuan pertama, karena seluruh anggota kelompok telah saling mengenal dan sudah terbiasa dengan kegiatan bimbingan kelompok yang dilakukan sebelumnya.

Sebagai pengingat dan untuk menjaga suasana kelompok tetap kondusif, peneliti kembali mengingatkan siswa mengenai asas-asas bimbingan kelompok

yang harus dipatuhi selama kegiatan berlangsung, yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, dan kenormatifan. Peneliti menegaskan bahwa asas-asas tersebut sangat penting agar setiap siswa dapat merasa aman dan nyaman dalam menyampaikan pendapat maupun pengalaman yang berkaitan dengan kebiasaan belajar mereka.

Peneliti menyampaikan kepada siswa, *“kakak-kakak, pada pertemuan sebelumnya kita sudah membahas tentang kebiasaan menunda-nunda tugas atau prokrastinasi belajar. Hari ini kita akan kembali mengingat dan memperkuat pemahaman tersebut agar kalian dapat benar-benar mengurangi kebiasaan menunda tugas dalam kegiatan belajar sehari-hari.”* Dengan demikian, tahap pembentukan ini bertujuan untuk membangun kembali suasana kelompok yang positif serta mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan pada tahap selanjutnya.

2. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti memastikan kesiapan siswa untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan ketiga ini. Peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan apabila masih terdapat hal-hal yang belum dipahami dari kegiatan pada pertemuan sebelumnya. Selain itu, peneliti juga mengingatkan kembali kepada siswa mengenai peran mereka selama kegiatan berlangsung, yaitu aktif berdiskusi, menghargai pendapat teman, serta bersedia berbagi pengalaman mengenai kebiasaan belajar yang mereka lakukan.

Peneliti kemudian bertanya kepada siswa, *“Sebelum kita melanjutkan kegiatan hari ini, apakah ada di antara kalian yang masih memiliki pertanyaan*

mengenai materi yang sudah kita bahas pada pertemuan sebelumnya?” Siswa menjawab bahwa mereka sudah memahami materi tersebut. Peneliti kemudian menambahkan, *“Baik, pada pertemuan hari ini kita akan kembali membahas tentang bagaimana cara mengurangi kebiasaan menunda tugas serta bagaimana kalian dapat menerapkan cara belajar yang lebih disiplin.”* Setelah seluruh siswa menyatakan kesiapan mereka untuk mengikuti kegiatan, peneliti kemudian melanjutkan kegiatan ke tahap inti.

3. Tahap Inti / Kerja

Pada tahap inti, peneliti tidak lagi menyampaikan materi secara keseluruhan seperti pada pertemuan sebelumnya, melainkan hanya mengulas kembali poin-poin penting mengenai perilaku prokrastinasi belajar serta dampaknya terhadap kegiatan belajar siswa. Peneliti tidak lagi video tentang disiplin belajar (modeling simbolik) sebagai penguatan terhadap materi yang telah disampaikan sebelumnya.

Setelah kegiatan tersebut, peneliti mengajak siswa untuk berdiskusi mengenai kebiasaan belajar yang selama ini mereka lakukan. Peneliti membuka diskusi dengan pertanyaan, *“Apakah kalian masih sering menunda mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru?”* Salah satu siswa, RK, menjawab, *“Kadang masih, Bu. Tapi sekarang saya mulai mencoba mengerjakan tugas lebih cepat supaya tidak menumpuk.”* Siswa lain, DP, juga menambahkan, *“Saya juga mulai mencoba membuat jadwal belajar supaya tugas tidak dikerjakan mendekati waktu pengumpulan.”*

Melalui diskusi tersebut, peneliti melihat bahwa siswa mulai menyadari pentingnya mengatur waktu belajar dengan baik. Peneliti kemudian kembali

menanyakan kepada siswa mengenai langkah yang dapat mereka lakukan untuk mengurangi kebiasaan menunda tugas. Salah satu siswa, AM, menyampaikan, *“Saya mencoba mengerjakan tugas sedikit demi sedikit supaya tidak terasa berat.”* Kemudian KA menambahkan, *“Kalau saya mencoba mengurangi bermain handphone saat waktu belajar supaya bisa lebih fokus.”*

Diskusi berlangsung secara aktif dan terbuka. Melalui kegiatan ini, siswa mulai menunjukkan kesadaran diri terhadap kebiasaan prokrastinasi belajar yang mereka lakukan serta mulai mampu merencanakan langkah-langkah sederhana untuk mengurangi kebiasaan tersebut.

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, peneliti memberikan penguatan terhadap hasil diskusi yang telah dilakukan oleh siswa selama kegiatan berlangsung. Peneliti menyampaikan apresiasi atas keterlibatan aktif siswa dalam berbagi pengalaman serta kesediaan mereka untuk memperbaiki kebiasaan belajar yang selama ini dilakukan.

Peneliti menyampaikan, *“Ibu sangat mengapresiasi keaktifan kalian selama kegiatan berlangsung. Dari diskusi tadi kita dapat melihat bahwa kalian sudah mulai menyadari pentingnya mengurangi kebiasaan menunda tugas dan mulai berusaha mengatur waktu belajar dengan lebih baik.”* Peneliti juga menegaskan bahwa perubahan perilaku belajar tidak dapat terjadi secara instan, tetapi memerlukan usaha yang konsisten dari setiap siswa. Oleh karena itu, peneliti berharap agar siswa dapat terus menerapkan kebiasaan belajar yang lebih disiplin dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan kemudian diakhiri dengan ucapan terima kasih atas partisipasi seluruh siswa selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Peneliti berharap agar seluruh siswa dapat mempertahankan kebiasaan belajar yang lebih baik sehingga perilaku prokrastinasi belajar dapat semakin berkurang. Kegiatan bimbingan kelompok kemudian ditutup dengan salam penutup.

4.2 Pembahasan

Pengambilan data pada penelitian ini diawali melalui kegiatan observasi awal per-siklus yang dilakukan sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil pengamatan awal tersebut, ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan perilaku prokrastinasi belajar, seperti menunda mengerjakan tugas, kurang memiliki perencanaan belajar yang teratur, serta lebih memilih melakukan aktivitas lain seperti bermain handphone atau mengobrol dengan teman dibandingkan menyelesaikan tugas akademik. Berdasarkan hasil observasi tersebut, subjek penelitian ditentukan sebanyak 7 siswa kelas XI SMK BM Tamansiswa Medan yang dipilih berdasarkan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling (BK). Pemilihan siswa dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan keberagaman karakter, kebiasaan belajar, serta tingkat perilaku prokrastinasi yang berbeda pada masing-masing siswa. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan belajar siswa masih tergolong rendah, yang terlihat dari kebiasaan menunda pengerjaan tugas serta kurangnya kemampuan siswa dalam mengatur waktu belajar secara efektif.

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling (modeling simbolik) untuk

membantu siswa mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Kegiatan layanan dilaksanakan dalam beberapa pertemuan yang disusun secara sistematis melalui tahapan bimbingan kelompok, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap inti atau kerja, dan tahap pengakhiran. Pada setiap pertemuan, peneliti menggunakan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) sebagai pedoman dalam melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok dengan durasi waktu 1×45 menit.

Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 2 Februari 2026, dengan fokus pembahasan mengenai pemahaman siswa tentang perilaku prokrastinasi belajar serta dampaknya terhadap kegiatan belajar mereka sekaligus menayangkan video tentang prokrastinasi. Pada pertemuan ini, siswa diajak untuk mengenali kebiasaan menunda tugas yang sering mereka lakukan serta memahami dampak negatif dari perilaku tersebut terhadap hasil belajar. Pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 9 Februari 2026, yang berfokus pada upaya mengurangi perilaku prokrastinasi belajar melalui contoh perilaku belajar yang baik dengan menggunakan teknik modeling (modeling simbolik). Pada pertemuan ini siswa diberikan contoh perilaku belajar yang disiplin melalui tayangan video serta diskusi kelompok sehingga siswa dapat mengamati, memahami, dan meniru perilaku belajar yang lebih positif.

Selanjutnya, pertemuan ketiga dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2026 sebagai bentuk penguatan terhadap materi yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya. Pada pertemuan ini peneliti kembali mengulas poin-poin penting mengenai perilaku prokrastinasi belajar serta mendorong siswa untuk menyampaikan pengalaman mereka dalam mencoba mengurangi kebiasaan

menunda tugas. Melalui kegiatan diskusi kelompok tersebut, siswa mulai menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap pentingnya mengatur waktu belajar dengan baik serta mulai menyusun langkah-langkah sederhana untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar dalam kegiatan akademik sehari-hari.

Siklus I

Pada siklus pertama, peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok kepada delapan siswa yang telah ditetapkan sebagai subjek penelitian berdasarkan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling (BK). 7 siswa tersebut dipilih karena menunjukkan kecenderungan perilaku prokrastinasi belajar, seperti menunda mengerjakan tugas, kurang memiliki perencanaan belajar yang baik, serta lebih sering melakukan aktivitas lain seperti bercerita dengan teman dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah. Dalam kegiatan ini peneliti berperan sebagai fasilitator sekaligus pemimpin kelompok yang memandu jalannya kegiatan bimbingan kelompok. Setiap kegiatan dirancang berdasarkan tahapan layanan bimbingan kelompok, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap inti atau kerja, serta tahap pengakhiran.

1. Perencanaan (Planning)

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) yang disesuaikan dengan tujuan penelitian, yaitu untuk membantu siswa mengurangi perilaku prokrastinasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling (modeling simbolik). Peneliti juga menyiapkan berbagai perangkat yang diperlukan selama kegiatan berlangsung, seperti materi layanan, media berupa video modeling simbolik, serta lembar observasi yang digunakan

untuk mencatat perkembangan perilaku siswa selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

Selain itu, peneliti juga melakukan koordinasi dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) untuk memperoleh informasi mengenai kebiasaan belajar siswa di sekolah serta mengidentifikasi siswa yang sering menunjukkan perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas akademik. Hasil koordinasi tersebut kemudian digunakan sebagai dasar dalam menentukan subjek penelitian serta menyusun kegiatan layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

2. Tindakan (Action)

Tahap tindakan merupakan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang telah dirancang sebelumnya. Kegiatan layanan bimbingan kelompok pada siklus pertama dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan dengan durasi waktu 1×45 menit setiap pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 2 Februari 2026, sedangkan pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 9 Februari 2026. Kegiatan layanan dilaksanakan di ruang Aula yang telah disediakan oleh pihak sekolah.

Pada pertemuan pertama, peneliti memfokuskan pembahasan pada pemahaman siswa mengenai perilaku prokrastinasi belajar serta dampaknya terhadap kegiatan belajar. Siswa diajak untuk mengidentifikasi kebiasaan menunda-nunda tugas yang sering mereka lakukan serta mendiskusikan faktor-faktor yang menyebabkan perilaku tersebut muncul. Pada pertemuan kedua, peneliti memberikan penguatan materi melalui penerapan teknik modeling (modeling simbolik) dengan menampilkan contoh perilaku belajar yang baik melalui media

video. Melalui kegiatan tersebut siswa diharapkan dapat mengamati, memahami, serta meniru perilaku belajar yang lebih disiplin, seperti mengerjakan tugas tepat waktu dan mengatur waktu belajar dengan baik.

3. Pengamatan (Observation)

Pengamatan dilakukan secara sistematis oleh peneliti bersama guru BK selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berlangsung. Observasi dilakukan untuk melihat tingkat partisipasi siswa, respons siswa terhadap materi yang disampaikan, serta perubahan perilaku belajar yang mulai ditunjukkan oleh siswa setelah mengikuti kegiatan layanan.

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mulai menunjukkan perubahan perilaku yang positif. Hal ini terlihat dari keaktifan siswa dalam berdiskusi serta kesediaan mereka untuk menyampaikan pengalaman terkait kebiasaan menunda tugas yang selama ini mereka lakukan. Beberapa siswa juga mulai menyadari pentingnya mengatur waktu belajar dengan baik agar tugas yang diberikan oleh guru dapat diselesaikan tepat waktu.

Selain itu, melalui kegiatan diskusi dan pengamatan terhadap contoh perilaku belajar yang ditampilkan melalui video modeling simbolik, siswa mulai memahami dampak negatif dari perilaku prokrastinasi belajar terhadap hasil belajar mereka. Sebagian siswa juga mulai menyampaikan rencana sederhana untuk mengurangi kebiasaan menunda tugas, seperti membuat jadwal belajar serta mengerjakan tugas segera setelah diberikan oleh guru.

4. Refleksi (Reflection)

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada siklus pertama, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling (modeling simbolik) telah memberikan pengaruh positif terhadap upaya mengurangi perilaku prokrastinasi belajar pada siswa. Hal ini terlihat dari meningkatnya kesadaran siswa terhadap pentingnya disiplin dalam mengerjakan tugas serta meningkatnya partisipasi siswa selama kegiatan bimbingan kelompok berlangsung.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa siswa yang belum sepenuhnya konsisten dalam menerapkan kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Oleh karena itu, peneliti memandang perlu untuk memberikan penguatan kembali melalui kegiatan bimbingan kelompok pada pertemuan selanjutnya. Kegiatan lanjutan tersebut bertujuan untuk memperkuat pemahaman siswa mengenai pentingnya mengurangi perilaku prokrastinasi belajar serta membantu siswa agar dapat menerapkan kebiasaan belajar yang lebih baik secara konsisten dalam kegiatan belajar sehari-hari.

Tabel 4.3 Hasil Observasi Peneliti pada Siklus I

| No | Inisial Siswa | Pertemuan I (%) | Pertemuan II (%) | Kategori |
|----|---------------|-----------------|------------------|-----------|
| 1 | RK | 60% | 75% | Meningkat |
| 2 | DP | 62% | 78% | Meningkat |
| 3 | AM | 58% | 72% | Meningkat |
| 4 | KA | 61% | 76% | Meningkat |
| 5 | FN | 63% | 80% | Meningkat |
| 6 | SA | 57% | 70% | Meningkat |
| 7 | SD | 55% | 68% | Meningkat |
| 8 | AR | 59% | 73% | Meningkat |

| | | |
|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| Rata-rata Persentase | Pertemuan I : 59,37% | Pertemuan II : 74% |
|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|

Siklus II

1. Perencanaan (Planning)

Berdasarkan hasil refleksi pada pelaksanaan siklus I, diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok yang telah diberikan mampu menunjukkan adanya perubahan perilaku pada siswa dalam mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Namun demikian, untuk memperkuat pemahaman siswa serta menjaga konsistensi perubahan perilaku yang telah dicapai, peneliti memutuskan untuk melaksanakan siklus II sebagai tindak lanjut dari kegiatan sebelumnya. Pada tahap ini peneliti kembali menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) bimbingan kelompok yang berfokus pada pemantapan materi mengenai pentingnya disiplin dalam mengerjakan tugas dan menghindari kebiasaan menunda pekerjaan.

2. Tindakan (Action)

Pelaksanaan siklus II dilakukan dalam satu kali pertemuan layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2026 di ruang kelas yang telah disediakan oleh pihak sekolah dengan durasi waktu 1 x 45 menit. Pada kegiatan ini peneliti kembali memimpin jalannya bimbingan kelompok dengan mengulas secara singkat materi yang telah dibahas pada pertemuan sebelumnya mengenai perilaku prokrastinasi belajar.

3. Pengamatan (Observation)

Pada tahap pengamatan, peneliti bersama guru Bimbingan dan Konseling (BK) melakukan observasi terhadap proses pelaksanaan layanan bimbingan

kelompok serta perubahan perilaku siswa selama mengikuti kegiatan. Pengamatan dilakukan dengan menggunakan lembar observasi dan catatan lapangan yang telah disiapkan sebelumnya. Fokus pengamatan meliputi keaktifan siswa dalam diskusi kelompok, tingkat pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan, serta perubahan sikap siswa dalam menyikapi kebiasaan menunda pekerjaan sekolah. Berdasarkan hasil pengamatan, terlihat bahwa sebagian besar siswa mulai menunjukkan peningkatan kesadaran akan pentingnya mengatur waktu belajar serta mengurangi kebiasaan menunda pengerjaan tugas.

4. Refleksi (Reflection)

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan dan pengamatan pada siklus II, peneliti kemudian melakukan refleksi terhadap keseluruhan proses layanan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan. Hasil refleksi menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dapat membantu siswa memahami dampak negatif dari perilaku prokrastinasi belajar serta mendorong mereka untuk mengembangkan kebiasaan belajar yang lebih disiplin. Siswa juga terlihat lebih aktif dalam diskusi serta mulai menunjukkan komitmen untuk mengerjakan tugas tepat waktu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan siklus II berhasil memperkuat perubahan perilaku siswa dalam mengurangi prokrastinasi belajar dan meningkatkan kedisiplinan dalam kegiatan akademik.

Tabel 4.4 Hasil Observasi Peneliti pada Siklus II

| No | Inisial Siswa | Persentase (%) | Kategori |
|----|---------------|----------------|-------------|
| 1 | DP | 90% | Sangat Baik |

| | | | |
|---|----|-----|-------------|
| 2 | KA | 89% | Sangat Baik |
| 3 | SA | 86% | Sangat Baik |
| 4 | RK | 88% | Sangat Baik |
| 5 | AM | 87% | Sangat Baik |
| 6 | FN | 92% | Sangat Baik |
| 7 | SD | 85% | Sangat Baik |
| Rata-rata Persentase Siklus II : 88,1% | | | |

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Pelajaran 2025/2026, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh yang positif terhadap perubahan perilaku belajar siswa. Pada pertemuan pertama, siswa mulai menunjukkan pemahaman mengenai perilaku prokrastinasi belajar serta menyadari dampak negatif dari kebiasaan menunda-nunda tugas terhadap proses belajar mereka. Namun demikian, perubahan yang terjadi pada tahap ini masih belum sepenuhnya optimal karena masih terdapat beberapa siswa yang belum mampu mengatur waktu belajar dengan baik dan masih menunjukkan kecenderungan menunda dalam menyelesaikan tugas.

Selanjutnya, pada pertemuan kedua terlihat adanya peningkatan yang lebih baik setelah siswa mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling. Melalui pemberian contoh perilaku belajar yang positif, siswa mulai mampu mencontoh dan menerapkan sikap disiplin dalam belajar, seperti mengerjakan tugas tepat waktu, mengatur waktu belajar dengan lebih teratur, serta menunjukkan tanggung jawab yang lebih baik terhadap tugas akademik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik modeling dapat membantu mengurangi perilaku prokrastinasi belajar pada siswa SMK BM Tamansiswa Medan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan pihak sekolah dapat memberikan dukungan terhadap pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan menyediakan fasilitas yang memadai agar kegiatan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lebih efektif. Guru bimbingan dan konseling juga diharapkan dapat terus mengembangkan layanan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan berbagai teknik konseling, termasuk teknik modeling, untuk membantu siswa mengatasi permasalahan belajar seperti perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu, orang tua diharapkan dapat memberikan perhatian serta motivasi kepada anak dalam mengatur waktu belajar di rumah. Bagi siswa, diharapkan dapat lebih disiplin dalam belajar dan tidak menunda-nunda tugas sekolah, sedangkan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menggunakan pendekatan atau teknik yang berbeda agar diperoleh hasil penelitian yang lebih luas dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Amara, R., & Jamila, S. (2023). Layanan bimbingan kelompok sebagai upaya pengembangan perilaku positif siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 145–156.
- Amelia, R. (2022). Regulasi emosi dan kaitannya dengan perilaku prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(2), 134–142.
- Ananda, D. (2024). Dampak kebiasaan menunda tugas terhadap perkembangan akademik siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 41–50.
- Arifin, M. (2022). Penguatan perilaku dalam pendekatan pembelajaran sosial. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 5(2), 77–85.
- Asbi, Tarigan, D. H. B., Sembiring, D. M. B., Yanti, K., & Pulungan, I. N. (2025). Penerapan teknik bimbingan konseling kelompok sebagai strategi intervensi psikologis untuk meningkatkan kepercayaan diri. *JIIIC: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(7), 1–12.
- Azzahra, N. (2021). Manajemen waktu sebagai strategi pengurangan prokrastinasi akademik. *Jurnal Psikologi Terapan*, 4(1), 23–31.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bowen, G. A. (2020). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 20(2), 91–102.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2020). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Damanik, S. (2023). Aktivitas pengalihan dan perilaku prokrastinasi pada remaja sekolah. *Jurnal Psikologi Remaja*, 7(2), 98–106.
- Deliati, & Barus, D. A. H. (2025). Penerapan layanan konseling kelompok menggunakan media cinema therapy untuk mengurangi kecemasan belajar siswa. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 5(2), 1792–1807.
- Fauzan, A. (2023). Motivasi intrinsik dan implikasinya terhadap perilaku belajar siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 15–24.
- Given, L. M. (2023). *The SAGE encyclopedia of qualitative research methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Gunawan, I. (2021). Dampak psikologis prokrastinasi akademik pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(3), 201–210.
- Hartati, S. (2022). Modeling sebagai strategi pengembangan keterampilan sosial siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 88–97.
- Hidayat, A. (2023). Penerapan teknik modeling dalam meningkatkan kedisiplinan dan perilaku belajar siswa. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 6(1), 55–63.
- Hutabarat, J. (2024). Efektivitas teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok. *Jurnal BK Sekolah*, 10(1), 1–10.
- Hutasoit, R. (2023). Faktor emosional dalam perilaku penundaan akademik. *Jurnal Psikologi Klinis dan Pendidikan*, 5(2), 101–109.
- Khairunnisa, A., Putri, R., & Salim, H. (2025). Teknik modeling dalam pengembangan regulasi diri siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(1), 12–21.

- Khoiriyah, S. (2023). Asas-asas bimbingan dan konseling dalam praktik sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(1), 45–54.
- Kurniawan, T. (2021). Latihan perilaku dalam pendekatan belajar observasional. *Jurnal Pendidikan Praktis*, 3(2), 66–74.
- Lestari, N., Rahman, F., & Akbar, M. (2023). Dinamika kelompok dalam layanan bimbingan siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 145–156.
- Lubis, M. (2023). Kecemasan akademik sebagai pemicu perilaku prokrastinasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(3), 211–219.
- Mansyur, A. (2020). Pemilihan model dalam pembelajaran observasional. *Jurnal Pendidikan*, 4(1), 10–18.
- Manurung, P. (2024). Self-efficacy dan prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(1), 73–82.
- Maulida, S. (2024). Kepercayaan diri dan kecenderungan menunda tugas akademik. *Jurnal Konseling Remaja*, 6(2), 90–99.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook (4th ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Napitupulu, R. (2024). Prokrastinasi dan kepercayaan diri siswa sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Psikologi*, 8(1), 39–48.
- Nasution, H. (2022). Retensi kognitif dalam proses belajar observasional. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(1), 55–63.
- Pamungkas, A. R. (2021). Prokrastinasi akademik dan hubungannya dengan kontrol diri serta motivasi belajar siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(2), 89–98.
- Pratama, D. (2021). Persepsi waktu dan perilaku menunda tugas akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1), 17–25.
- Putra, A., & Suryani, L. (2021). Peran konselor dalam dinamika kelompok. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 101–110.
- Rafli, M. (2020). Pengaruh lingkungan digital terhadap prokrastinasi siswa. *Jurnal Pendidikan Teknologi*, 3(1), 40–48.
- Rahayu, S., & Wibowo, T. (2021). Bimbingan kelompok dengan teknik modeling untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 5(2), 65–74.
- Rahmawati, D., & Nugroho, S. (2022). Bimbingan kelompok sebagai strategi pengembangan diri siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 23–31.
- Riski, A. (2023). Prokrastinasi dan kemampuan pengambilan keputusan siswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 7(2), 112–120.
- Safitri, D., Hasanah, U., & Prakoso, B. (2022). Teknik modeling dalam pembelajaran perilaku adaptif. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(2), 150–159.
- Sari, N. (2022). Regulasi diri dan penundaan akademik pada remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 6(2), 88–96.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2003). Jakarta: Sekretariat Negara Republik Indonesia.

LAMPIRAN

Lampiran 01

DAFTAR RIWAYAT HIDUP**A. Data Pribadi**

Nama : Aulia Kristina Sitompul
 NPM : 2202080056
 Tempat, Tanggal Lahir : Medan, 07 Desember 2004
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Status : Belum Menikah
 Agama : Islam
 Suku : Batak
 Alamat : Jl. Pelajar Marendal, gg pena 7, kec. Deli Serdang
 Kewarganegaraan : Indonesia
 Anak Ke : ke 3 dari 3 bersaudara
 Alamat Email : auliakristinasitompul@gmail.com

B. Data Orang Tua

Nama Ayah : Abdulrahman Sitompul
 Pekerjaan : -
 Nama Ibu : Nurmasni
 Pekerjaan : Wiraswasta
 Alamat : Jl. Pelajar Marendal, gg pena 7, kec. Deli Serdang

C. Pendidikan

SD N 060817 Medan : 2011 – 2016
 SMP S YPK Medan : 2016 – 2019
 SMA N 5 Medan : 2019 – 2022
 Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara : 2022 – 2026

Lampiran 02

DOKUMENTASI



WAWAMCARA DENGAN GURU BK



**WAWANCARA DENGAN
SISWA**



**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
PERTEMUAN PERTAMA**



**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
PERTEMUAN KEDUA**



**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
PERTEMUAN KETUGA**



Lampiran 03

WAWANCARA GURU BK

| No. | Pertanyaan | Deskripsi Jawaban |
|-----|--|---|
| 1. | Sudah Berapa lama ibu menjadi guru Bimbingan dan konseling ? | <i>Guru menyampaikan bahwa ia telah menjalankan tugas sebagai guru Bimbingan dan Konseling selama kurang lebih 10 tahun. Meskipun demikian, guru tersebut telah mengabdikan sebagai guru senior di sekolah sejak tahun 1994, sehingga memiliki pengalaman yang panjang dalam menghadapi karakteristik dan permasalahan siswa.</i> |
| 2. | Apakah pendidikan ibu memang berasal dari jurusan bimbingan dan konseling ? | <i>Guru menjelaskan bahwa latar belakang pendidikan tidak berasal dari jurusan Bimbingan dan Konseling, melainkan dari jurusan Akuntansi. Penugasan sebagai guru BK diberikan oleh Kepala Sekolah karena pada saat itu sekolah mengalami kekurangan tenaga guru BK. Walaupun tidak sesuai dengan jurusan pendidikan, guru merasa telah terbiasa menghadapi siswa dalam keseharian sehingga mampu menjalankan tugas bimbingan dan konseling.</i> |
| 3. | Bagaimana dengan minat belajar siswa kelas XI di SMK BM Tamansiswa MEDAN buk ? | <i>Menurut guru BK, minat belajar siswa kelas XI secara umum tergolong cukup baik, dengan persentase sekitar 70% siswa memiliki minat belajar yang baik, sedangkan 30% siswa menunjukkan minat belajar yang rendah. Rendahnya minat belajar tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kemajuan teknologi digital, kurangnya kesiapan belajar dari rumah, minimnya perhatian orang tua, serta model pembelajaran guru yang kurang mampu memotivasi siswa sehingga pembelajaran dirasakan membosankan, menyebabkan siswa melakukan perilaku prokrastinasi.</i> |

| | | |
|----|--|--|
| 4. | Bagaimana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Dikelas XI buk? | <i>Pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di kelas XI dilakukan melalui beberapa bentuk layanan, yaitu layanan klasikal dan layanan kelompok. Layanan klasikal diberikan secara umum kepada seluruh siswa, sedangkan layanan lainnya disesuaikan dengan permasalahan yang dihadapi siswa. Dalam pelaksanaannya, guru BK juga melakukan koordinasi dengan wali kelas sebagai langkah awal dalam penanganan permasalahan siswa.</i> |
| 5. | Bagaimana dengan bimbingan kelompok, apakah ibu pernah melakukan layanan tersebut kepada siswa kelas XI buk? | <i>Guru BK menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok pernah dilaksanakan kepada siswa kelas XI. Layanan ini diberikan kepada siswa yang memiliki permasalahan yang sejenis, terutama terkait dengan rendahnya minat belajar. Siswa yang memiliki masalah serupa dikumpulkan dalam satu kelompok untuk dibimbing dan diberikan arahan. Setelah itu, guru BK juga melibatkan orang tua siswa untuk membahas permasalahan yang dihadapi anak.</i> |
| 6. | Tindakan Apa yang ibuk lakukan dalam menangani masalah siswa ? | <i>Dalam menangani masalah siswa, guru BK menjelaskan bahwa penanganan diawali dari guru mata pelajaran yang melaporkan kepada wali kelas. Wali kelas terlebih dahulu memberikan pembinaan hingga tiga kali peringatan. Apabila tidak terdapat perubahan, barulah siswa dirujuk ke layanan Bimbingan dan Konseling. Guru BK kemudian melakukan wawancara dengan siswa, memanggil orang tua, serta mencocokkan informasi antara kondisi siswa di sekolah dan di rumah. Jika permasalahan tidak menunjukkan perbaikan, sekolah memberikan sanksi berupa SP1, SP2, dan SP3, hingga pada kondisi tertentu siswa dapat dikembalikan kepada orang tua demi menjaga ketertiban dan kenyamanan lingkungan sekolah.</i> |

Lampiran 04

WAWANCARA SISWA

| No. | Pertanyaan | Deskripsi Jawaban |
|-----|---|--|
| 1. | Apabila diberikan tugas oleh guru langsung kamu kerjakan atau tidak ? | <i>Siswa menyatakan bahwa ia tidak selalu langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Siswa cenderung menunda pengerjaan tugas dengan melihat terlebih dahulu sikap guru, terutama apabila guru tidak memberikan teguran atau pengingat secara langsung, sehingga tugas dianggap belum bersifat mendesak.</i> |
| 2. | Apakah kamu suka mengobrol dengan teman ketika pelajaran diberikan di dalam kelas? | <i>Siswa mengakui bahwa ia terkadang mengobrol dengan teman saat pembelajaran berlangsung. Hal tersebut disebabkan oleh rendahnya rasa nyaman dan semangat belajar, khususnya ketika metode atau cara mengajar guru dirasakan kurang menarik, sehingga perhatian siswa terhadap pembelajaran menjadi berkurang.</i> |
| 3. | Apakah kamu suka menunda nunda mengumpulkan tugas ? | <i>Siswa menyatakan bahwa ia sering menunda pengumpulan tugas. Penundaan tersebut terjadi karena siswa merasa jumlah tugas yang diberikan cukup banyak, sehingga menimbulkan rasa lelah dan mendorong siswa untuk menunda penyelesaian dan pengumpulan tugas.</i> |
| 4. | Apakah kamu selalu terlambat mengumpulkan tugas dibanding dengan teman teman yang lain? | <i>Siswa menyatakan bahwa ia tidak selalu terlambat dalam mengumpulkan tugas, namun keterlambatan cukup sering terjadi. Hal ini disebabkan oleh ketidakkonsistenan dalam motivasi belajar, di mana pada waktu tertentu siswa menunjukkan kerajinan, tetapi pada waktu lain mengalami penurunan semangat belajar.</i> |
| 5. | Apakah kamu pernah menunda menyelesaikan | <i>Siswa mengakui pernah menunda penyelesaian tugas meskipun tugas tersebut penting. Penundaan terjadi karena siswa merasa kelelahan akibat banyaknya tugas yang harus diselesaikan, sehingga meskipun</i> |

| | | |
|----|---|--|
| | tugas, meskipun tugas tersebut penting ? | <i>telah mencoba mengerjakan, hasilnya dirasakan kurang maksimal dan akhirnya pengerjaan kembali ditunda.</i> |
| 6. | Apakah kamu pernah berpikir tidak masalah jika terlambat mengumpulkan tugas, yang penting bagi saya tugasnya saya kumpulkan ? | <i>Siswa menyatakan bahwa ia pernah memiliki pemikiran tersebut. Selama belum mendapatkan teguran dari guru dan tugas masih dapat dikumpulkan, siswa menganggap keterlambatan pengumpulan tugas bukan merupakan masalah yang serius.</i> |

Lampiran 05

OBSERVASI

| No. | Indikator | Keterangan |
|------------|---|---|
| 1. | Kedisiplinan waktu siswa dalam mengikuti kegiatan serta ketepatan dalam memulai dan menyelesaikan tugas yang diberikan. | <i>Diamati dari ketepatan waktu siswa hadir dalam kegiatan, kesiapan mengikuti kegiatan, serta kemampuan menyelesaikan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan.</i> |
| 2. | Sikap tanggung jawab dan kesungguhan siswa dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah. | <i>Diamati dari keseriusan siswa saat mengerjakan tugas, tidak menunda pekerjaan, serta berusaha menyelesaikan tugas dengan baik tanpa harus selalu diingatkan.</i> |
| 3. | Perilaku prokrastinasi yang ditunjukkan siswa, seperti kecenderungan menunda atau menghindari pengerjaan tugas sekolah. | <i>Diamati dari kebiasaan siswa menunda pekerjaan, mencari alasan untuk tidak mengerjakan tugas, atau lebih memilih melakukan kegiatan lain dibanding menyelesaikan tugas.</i> |
| 4. | Tingkat konsentrasi dan fokus siswa selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. | <i>Diamati dari perhatian siswa saat kegiatan berlangsung, keaktifan mendengarkan, tidak bermain sendiri, serta mampu mengikuti arahan yang diberikan.</i> |
| 5. | Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok oleh guru BK yang mencakup tahapan pembukaan, kegiatan inti, dan penutup. | <i>Diamati dari keterlaksanaan setiap tahapan layanan bimbingan kelompok secara sistematis, mulai dari pembukaan, pelaksanaan kegiatan inti, hingga penutup.</i> |
| 6. | Penerapan teknik modeling dalam layanan bimbingan kelompok melalui pemberian contoh perilaku positif kepada siswa. | <i>Diamati dari pemberian contoh perilaku oleh guru atau model, penjelasan perilaku yang diharapkan, serta keterlibatan siswa dalam memahami dan menirukan perilaku tersebut.</i> |

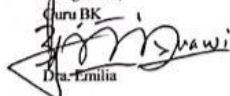
| | | |
|----|--|--|
| 7. | Perubahan perilaku siswa ke arah yang lebih positif setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling. | <i>Diamati dari berkurangnya perilaku menunda tugas, meningkatnya kedisiplinan belajar, serta adanya kemauan siswa untuk segera mengerjakan tugas sekolah.</i> |
|----|--|--|

Lampiran 06

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN - BIMBINGAN KELOMPOK
SMK BM TAMANSISWA MEDAN T.P 2025/2026**

| | |
|---|--|
| Satuan Pendidikan : SMK BM Tamansiswa | Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok |
| Kelas/ Semester : XI / Genap | Aspek Perkembangan/SKKPD : Kematangan Intelektual |
| Alokasi Waktu : 2 Jam Pelayanan (JP)/Pertemuan 1 | Model dan Moda : Teknik Modeling(Modeling Simbolik), Dialog Socrates, Curah Pendapat |
| Topik/ Materi : Mengurangi Perilaku Prokrastinasi | Moda Layanan : Luring |
| Bidang Layanan : Belajar | Media dan Alat : Ppt, Video Pendek, LKPD |

| TUJUAN LAYANAN | Tahap Pengenalan | Tahap Akomodasi | Tahap Tindakan |
|---|--|---|---|
| | 1. Siswa mampu mengidentifikasi 3 contoh perilaku prokrastinasi belajar. 2. Siswa mampu mengidentifikasi 3 contoh perilaku belajar disiplin. 3. Siswa mampu mendiagnosis faktor penyebab perilaku prokrastinasi belajar. 4. Siswa mampu menganalisis dampak perilaku prokrastinasi terhadap hasil belajar. | 5. Siswa mampu memilih beberapa strategi belajar positif untuk mengurangi perilaku prokrastinasi. | 6. Siswa mampu merancang rencana tindakan pribadi untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar |
| LANGKAH KEGIATAN | | | |
| 1. Pembentukan | 1. Membuka dengan mengucapkan salam dan memimpin doa 2. Mengapresiasi kehadiran dan mengakrabkan anggota kelompok 3. Menyampaikan tujuan layanan, cakupan materi, serta asas-asas bimbingan kelompok 4. Menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok | | |
| 2. Peralihan | 1. Memantau kesiapan siswa mengikuti layanan 2. Memberikan ice breaking untuk meningkatkan motivasi dan kenyamanan siswa 3. Siswa membuat komitmen menjaga kerahasiaan kelompok 4. Siswa berkomitmen untuk terbuka, jujur, dan saling membantu | | |
| 3. Kegiatan Inti (menggunakan model : Socrates dialog) | a. Experience 1. Mengajukan pertanyaan pemantik terkait pengalaman Siswa dalam menunda tugas belajar 2. Siswa menyampaikan pendapat mengenai contoh perilaku prokrastinasi yang sering dilakukan 3. Memparafrase dan memperjelas pendapat Siswa b. Identify 1. Siswa mengamati video (modeling simbolik) yang menampilkan perilaku prokrastinasi dan perilaku belajar disiplin 2. Siswa mendiskusikan perilaku prokrastinasi yang muncul dalam video 3. Siswa mendiagnosis faktor penyebab perilaku prokrastinasi belajar c. Analyze 1. menyajikan contoh hasil belajar Siswa yang berada di bawah KKM 2. Siswa menganalisis dampak perilaku prokrastinasi terhadap hasil belajar 3. Siswa berdialog dengan teman dan guru tentang dampak jangka panjang jika perilaku prokrastinasi tidak diubah d. Generalisation 1. Siswa merancang upaya atau strategi untuk mengurangi perilaku prokrastinasi belajar 2. Membagikan soft file leaflet tentang kiat mengatasi prokrastinasi belajar 3. Siswa memilih minimal dua strategi untuk dipraktikkan dan membuat komitmen pelaksanaan | | |
| 4. Pengakhiran | 1. Siswa menyimpulkan hasil kegiatan layanan 2. Siswa mengikuti permainan refleksi "Putuskan dengan Cepat" 3. Menyampaikan jadwal monitoring tindak lanjut 4. menutup kegiatan dengan doa dan salam | | |
| PENILAIAN | | | |
| 1. Penilaian Proses | Keseuaian program; Antusiasme Siswa,Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan | | |
| 2. Penilaian Hasil | Understanding ,Comfortable ,Action | | |
| 3. Tindak lanjut | Monitoring perubahan perilaku prokrastinasi belajar Siswa | | |

Mengetahui,
 Guru BK

 Dita Emilia

Medan, Februari 2026

Konselor

 Aulia Kristiha Sitompul

Lampiran 07

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Topik Layanan : Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Belajar

Bidang Layanan : Belajar

Bentuk Layanan : Bimbingan Kelompok (Teknik Modeling)

Petunjuk Pengisian

Siswa diminta untuk mengidentifikasi perilaku prokrastinasi belajar yang sering dilakukan, menganalisis dampak yang dirasakan, mengidentifikasi sebab-sebab terjadinya perilaku tersebut, serta merancang langkah konkret untuk menguranginya. Isilah tabel berikut dengan jujur sesuai dengan kondisi diri masing-masing

| No | Perilaku prokrastinasi belajar yang saya lakukan | Dampak yang saya rasakan | Sebab-sebab terjadinya prokrastinasi | Langkah yang akan saya lakukan untuk mengatasinya |
|----|--|--------------------------|--------------------------------------|---|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |

Lampiran 08

INSTRUMENT EVALUASI PROSES BIMBINGAN KELOMPOK
TOPIK LAYANAN : Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Belajar

| NO | ASPEK YANG DI NILAI | YA | TIDAK | ALASAN |
|----|---|----|-------|--------|
| 1 | Berdasarkan refleksi lisan, peserta didik merasakan manfaat dan kebermaknaan layanan bimbingan kelompok | | | |
| 2 | Siswa menunjukkan antusiasme selama mengikuti layanan bimbingan kelompok | | | |
| 3 | Siswa menyampaikan pendapat sesuai dengan topik prokrastinasi belajar | | | |
| 4 | Suasana kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dengan menyenangkan dan kondusif | | | |
| 5 | Topik layanan dianggap penting dan relevan dengan permasalahan Siswa | | | |
| 6 | Metode dan teknik modeling yang digunakan menarik perhatian Siswa | | | |
| 7 | Peserta didik aktif berdialog dan berpartisipasi dalam diskusi kelompok | | | |
| 8 | Kegiatan bimbingan kelompok berjalan sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan | | | |
| 9 | Siswa menunjukkan komitmen untuk mengurangi perilaku prokrastinasi setelah layanan | | | |
| 10 | Siswa bersedia melaksanakan rencana tindakan yang telah disusun | | | |

Lampiran 09

EVALUASI HASIL**A. Understanding**

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut secara jujur sesuai dengan kondisi diri Anda:

1. Contoh perilaku prokrastinasi belajar yang masih saya lakukan adalah :
2. Sebab-sebab saya masih melakukan perilaku prokrastinasi belajar antara lain :
3. Dampak negatif yang mungkin saya alami apabila tidak mengurangi perilaku prokrastinasi belajar antara lain :

B. Comfortable

Berilah tanda centang (✓) pernyataan-pernyataan di bawah ini dpada kolom:

S : jika kamu setuju

TS : Jika kamu tidak setuju

| NO | PERNYATAAN | S | TS |
|----|---|---|----|
| | Saya merasa perlu mengubah perilaku prokrastinasi belajar agar menjadi lebih disiplin | | |
| | Dengan mengurangi perilaku prokrastinasi, saya dapat mempersiapkan tugas dan ujian dengan lebih baik | | |
| | Saya bersedia belajar secara rutin dan terjadwal untuk meningkatkan hasil belajar | | |
| | Jika perilaku prokrastinasi terus saya lakukan, prestasi belajar saya akan menurun | | |
| | Saya ingin naik kelas dan lulus tepat waktu dengan hasil yang baik, sehingga saya harus mengurangi perilaku prokrastinasi | | |

C. Action

Buatlah jadwal kegiatan belajar di rumah dengan mempertimbangkan bahwa jadwal tersebut realistis dan dapat benar-benar dilaksanakan sebagai upaya mengurangi perilaku prokrastinasi belajar. Isilah tabel berikut:

Jadwal Pembiasaan Perilaku Belajar Disiplin (Anti Prokrastinasi)

Jadwal Pembiasaan Belajar Yang Baik

| No | Hari tanggal/jam | Mata pelajaran | Rincian kegiatan | Pihak Yang dilibatkan /media/alat |
|----|------------------|----------------|------------------|-----------------------------------|
| | | | | |

Lampiran 10



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA I
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/A
 Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 662547
<https://fkip.umsu.ac.id> fkip@umsu.ac.id [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

Bila merajut kisah ini agar disebarkan
 nuansa dan tanggapnya

Nomor : 210/II.3-AU/UMSU-02/F/2026
 Lamp : ---
 Hal : Mohon Izin Riset

Medan, 14 Sya'ban 14
 20 Januari 20

Kepada : Yth, Bapak/ Ibu Kepala
 SMK BM Tamansiswa Medan
 di
 Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktivitas sehari-hari. Sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka dengan ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama : Aulia Kristina Sitompul
 NPM : 2202080056
 Jurusan : Bimbingan dan Konseling
 Judul : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya Amin.



[Signature]
 Dra. Hh. Syamsuyurnita, M.Pd
 NIDN 0004066701

**** Penting! ****

Lampiran 11



**YAYASAN PERSATUAN PERGURUAN TAMANSISWA
BERPUSAT DIYOGYAKARTA
PERGURUAN TAMANSISWA CABANG MEDAN**

Menyelenggarakan :

Bagian Taman Indria (TK); Bagian Taman Muda (SD); Bagian Taman Dewasa (SMP)
Bagian Taman Madya (SMA); Bagian Taman Karya Madya (SMK)

Alamat : Jl. Bakaran Batu No.18 Medan – 20214 Telepon (061) 7320536 – 7346209

Website : tamansiswamedan.sch.id Email : tamansiswamedn1929@yahoo.com

Facebook : Perguruan Tamansiswa Medan Fax : 061-7350609

Bank : Mandiri KCP Medan Krakatau. No.Rek : 70473778308

Nomor : 137/SMK-TKM/E/II/2026

Medan 23 Pebruari 2026

Lampiran :-

Perihal : *Surat Pelaksanaan Penelitian/Riset*

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Dekan FKIP
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Jl. Mukhtar Basri No 3, Medan
Di-
Tempat

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Edi Suherman, M.Pd

Jabatan : Kepala Sekolah

Instansi : SMKS Tamansiswa Medan

Alamat Instansi : Jalan Sabaruddin No 8 Medan

Menerangkan bahwa mahasiswa dibawah ini:

Nama : Aulia Kristina Sitompul

NPM : 2202080056

Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Telah melaksanakan Penelitian/Riset di SMKS Tamansiswa Medan mulai tanggal 25 Januari s.d 13 Pebruari 2026 dengan judul "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMKS BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026" secara Baik dan Lancar.

Demikian surat ini kami perbuat, semoga dapat dipergunakan dengan semestinya.

Salam Kekeluargaan,
Kepala SMKS Tamansiswa Medan

Edi Suherman, M.Pd



Lampiran 12



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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form : K - 1

Kepada Yth: Ibu Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK = 3,61

| Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi | Judul yang Diajukan | Disahkan oleh Dekan Fakultas |
|--|--|------------------------------------|
| | Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026 | |
| | Pengaruh Program Konseling Individu terhadap Penyesuaian Emosional pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan | |
| | Studi Kasus Tentang Efektivitas Penerapan Sekolah 5 Hari terhadap Manajemen Waktu Belajar Siswa di SMK BM Tamansiswa Medan | |

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Oktober 2025
Hormat Pemohon,

Aulia Kristina Sitompul

Keterangan:

- Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 13



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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form K-2

Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr, Wb


Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Aulia Kristina Sitompul
NPM : 2202080056
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons. 

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Oktober 2025
Hormat Pemohon,



Aulia Kristina Sitompul

Keterangan

Dibuat rangkap 3 :
- Untuk Dekan / Fakultas
- Untuk Ketua / Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

Lampiran 14



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 Jln. Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 2656/II.3-AU/UMSU-02/ F/2025
 Lamp : ---
 Hal : Pengesahan Proyek Proposal
 Dan Dosen Pembimbing

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : **Aulia Kristina Sitompul**
 N P M : 2202080056
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Penelitian : **Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Siswa SMK BM Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2025/2026**

Pembimbing : **Asbi, S.Pd.,M.Pd.,Kons-**

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 07 November 2026

Medan, 16 Jumadil Awwal 1447 H
 07 November 2025 M



Wassalam

 Dr. H. Fransyurnita, M.Pd.
 NIDN : 0004066701

Dibuat rangkap 5 (lima) :

1. Fakultas (Dekan)
 2. Ketua Program Studi
 3. Dosen Pembimbing
 4. Mahasiswa Yang Bersangkutan
- WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



Dipindai dengan CamScanner



Lampiran 15



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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Aulia Kristina Sitompul
N.P.M : 2202080056
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan T.P 2025/2025

| Tanggal | Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal | Paraf |
|-------------------|--|-------|
| 28 Agustus 2025 | Konultasi Awal judul dan latar belakang Proposal Penelitian | |
| 10 September 2025 | Konultasi lanjutan mengenai fokus penelitian, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, dan Manfaat Penelitian | |
| 25 September 2025 | Revisi latar belakang dan fokus Masalah | |
| 20 Oktober 2025 | Konultasi BAB II tinjauan pustaka dan BAB III Metode Penelitian | |
| 25 November 2025 | Revisi sistematika penulisan dan kelengkapan Proposal | |
| 19 Desember 2025 | Peninjauan akhir dan pengisian KIR untuk diumumkan | |

Medan, Desember 2025

Diketahui oleh:
Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Ed., Kons.

Lampiran 16



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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Jum'at, Tanggal 9 Januari 2026 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Aulia Kristina Sitompul
 N.P.M : 2202080056
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan T.P 2025/2026

| No. | Masukan dan Saran |
|------------|--|
| Judul | Pelaksanaan layanan Bimbingan kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan T.P 2025/2026 |
| Bab I | Kejelasan Paragraf ditambahkan (dumatakan). |
| Bab II | Untuk di halaman 17, tidak usah menggunakan kata (secara korporeal lagi) |
| Bab III | Untuk di halaman berikutnya tidak usah lagi ditambahkan |
| Lainnya | Masukkan saran Pak Aeb S.Pd, M.Pd Kons dan juga Ibu Diah S.Ag, S.Pd, M.Pd. |
| Kesimpulan | [] Ditetujui [] Ditolak [] Ditetujui Dengan Adanya Perbaikan |

Dosen Pembahas

Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag

Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons

Panitia Pelaksana,

Ketua

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi, Psikolog



Lampiran 17



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.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Aulia Kristina Sitompul
 N.P.M : 2202080056
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi pada Siswa SMK BM Tamansiswa Medan T.P 2025/2026

Pada hari Jum'at, 9 Januari 2026 sudah layak menjadi proposal skripsi.

Medan, Januari 2026

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas

Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag

Dosen Pembimbing

Asbi, S.Pd., M.Pd., Kons

Diketahui oleh
 Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd

Lampiran 18



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
PERPUSTAKAAN

Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Perpustakaan Nasional Republik Indonesia No. 00059/LAP/PT/IX/2018
 Pusat Administrasi : Jalan Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 66224567
 NPP. 127120201000903 | <http://perpustakaan.umsu.ac.id> | perpustakaan@umsu.ac.id | [perpustakaan_umsu](https://www.perpustakaan_umsu.ac.id)

SURAT KETERANGAN

Nomor: 00984/KET/II.3-AU/UMSU-P/M/2026

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Berdasarkan hasil pemeriksaan data pada Sistem Perpustakaan, maka Kepala Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan ini menerangkan :

Nama : AULIA KRISTINA SITOMPUL
NPM : 2202080056
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/ P.Studi : Bimbingan Konseling

telah menyelesaikan segala urusan yang berhubungan dengan Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan.

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 13 Ramadhan 1447 H
 02 Maret 2026 M

Kepala Perpustakaan,

 Dr. Muhammad Arifin, M.Pd.

Lampiran 19



Page 1 of 81 - Cover Page

Submission ID: Imoid::1:3451370851

TURNITIN RSY

FILE 5N-SAYA AUL.docx

- 26S-B2-Informatik 2 DES 029
- 26S-B1-Informatik 2 (Moodle PP)
- FH Kärnten Gemeinnützige Gesellschaft mbH

Document Details

Submission ID

Imoid::1:3451370851

Submission Date

Apr 5, 2026, 7:40 PM GMT+7

Download Date

Apr 5, 2026, 7:45 PM GMT+7

File Name

FILE 5N-SAYA AUL.docx

File Size

814 KB

99 Pages

18699 Words

140495 Characters



Page 1 of 81 - Cover Page

Submission ID: Imoid::1:3451370851




17% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Top Sources

- 16%  Internet sources
 - 9%  Publications
 - 6%  Submitted works (Student Papers)
-

Top Sources

16%  Internet sources
 9%  Publications
 6%  Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

| | | | |
|----|----------|-----------------------------------|-----|
| 1 | Internet | fkeb.delihusada.ac.id | 2% |
| 2 | Internet | repository.poltekkes-tjk.ac.id | <1% |
| 3 | Internet | scholar.unand.ac.id | <1% |
| 4 | Internet | eprints.undip.ac.id | <1% |
| 5 | Internet | repository.aisyahuniversity.ac.id | <1% |
| 6 | Internet | 123dok.com | <1% |
| 7 | Internet | repository.ub.ac.id | <1% |
| 8 | Internet | repository.umpri.ac.id | <1% |
| 9 | Internet | eprints.stikeshamzar.ac.id | <1% |
| 10 | Internet | poltekkesbdg.info | <1% |
| 11 | Internet | repository.unissula.ac.id | <1% |

| | | | |
|----|----------------|--|-----|
| 12 | Internet | eprints.unisa-bandung.ac.id | <1% |
| 13 | Internet | jurnal.stikesmus.ac.id | <1% |
| 14 | Internet | ejournal.poltektegal.ac.id | <1% |
| 15 | Internet | repo.poltekkesbandung.ac.id | <1% |
| 16 | Internet | jurnal.unitri.ac.id | <1% |
| 17 | Internet | repositori.uin-alauddin.ac.id | <1% |
| 18 | Student papers | LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II | <1% |
| 19 | Publication | Jihan Francisca Raj, Yetty Dwi Fara, Ade Tyas Mayasari, Abdullah Abdullah. "Fakto... | <1% |
| 20 | Student papers | Universitas Pendidikan Ganesha | <1% |
| 21 | Internet | id.123dok.com | <1% |
| 22 | Internet | repositori.ubs-ppni.ac.id | <1% |
| 23 | Publication | Tiara Febri Widyawati, Fitriana Mustikaningrum. "Hubungan Breastfeeding Self E... | <1% |
| 24 | Internet | bocah-data.blogspot.com | <1% |
| 25 | Internet | core.ac.uk | <1% |

| | | | |
|----|----------------|--|-----|
| 26 | Student papers | Universitas Respati Indonesia | <1% |
| 27 | Internet | repository.unair.ac.id | <1% |
| 28 | Publication | Restu Sakinah, Helmizar Helmizar, Azrimaidaliza Azrimaidaliza. "Keyakinan Diri Ib... | <1% |
| 29 | Student papers | UIN Syarif Hidayatullah Jakarta | <1% |
| 30 | Internet | eprints.poltekkesjogja.ac.id | <1% |
| 31 | Internet | www.scribd.com | <1% |
| 32 | Publication | Joice Cathryne, Alice Pangemanan, Fiorentina Nova, Judheliena Judheliena, Adven... | <1% |
| 33 | Student papers | Universitas Muhammadiyah Surakarta | <1% |
| 34 | Internet | e-jurnal.stikesmitraadiguna.ac.id | <1% |
| 35 | Internet | repo.poltekkes-medan.ac.id | <1% |
| 36 | Internet | repo.uit-lirboyo.ac.id | <1% |
| 37 | Publication | Elmia Kursani, Nurlisis Nurlisis, Yuni Purwanti, Aditya Nur Rahma. "HUBUNGAN B... | <1% |
| 38 | Internet | kc.umn.ac.id | <1% |
| 39 | Publication | Fitriani Fitriani, Abas Rudin. "FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB RENDAHNYA EFIKASI DL... | <1% |

| | | | |
|----|----------------|---|-----|
| 40 | Internet | mhjns.widyagamahasada.ac.id | <1% |
| 41 | Internet | www.cekaja.com | <1% |
| 42 | Student papers | LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III | <1% |
| 43 | Internet | jurnal.unej.ac.id | <1% |
| 44 | Internet | nanopdf.com | <1% |
| 45 | Internet | www.viva.co.id | <1% |
| 46 | Publication | Ni Komang Putri Sinta, Ratna Dewi Putri, Zarma H. "HUBUNGAN PENGETAHUAN ... | <1% |
| 47 | Internet | www.neliti.com | <1% |
| 48 | Publication | Alfina Febriyani, Suyani, Nurul Shoimah. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pe... | <1% |
| 49 | Publication | Dwi Rahayu. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2018 | <1% |
| 50 | Publication | Firdy Hamzah, Dikpride Despa. "Studi Potensi Air Permukaan untuk Irigasi Kabup... | <1% |
| 51 | Student papers | Universitas Pendidikan Indonesia | <1% |
| 52 | Internet | digilib.unila.ac.id | <1% |
| 53 | Internet | ejournal.unisayogya.ac.id | <1% |

| | | | |
|----|----------------|--|-----|
| 54 | Internet | jka.universitalirsyad.ac.id | <1% |
| 55 | Internet | journals.umkt.ac.id | <1% |
| 56 | Internet | repositori.usu.ac.id | <1% |
| 57 | Internet | repositori.urindo.ac.id | <1% |
| 58 | Publication | Asrianti Safitri Muchtar, A Ulfa Fatmasanti, Musni Musni, Ita Novianti. "EFIKASI DL... | <1% |
| 59 | Publication | Loy Yesanidio Suka Tendel, Wan Rizca Amelia, Yuni Syahputri. "Pengaruh Pengeta... | <1% |
| 60 | Internet | bpm.umsu.ac.id | <1% |
| 61 | Internet | fdocuments.net | <1% |
| 62 | Internet | journal.universitaspahlawan.ac.id | <1% |
| 63 | Publication | Arief Widayanti, Tina Mawardika. "Pengaruh Pendidikan Kesehatan ASI Eksklusif ... | <1% |
| 64 | Publication | Sutrisno Sutrisno, Nilam Noorma, Edi Sukanto, Rivan Firdaus. "DETERMINAN PER... | <1% |
| 65 | Student papers | Universitas Muhammadiyah Semarang | <1% |
| 66 | Internet | alimos.ugm.ac.id | <1% |
| 67 | Internet | journal.ipb.ac.id | <1% |

| | | | |
|----|----------------|--|-----|
| 68 | Internet | netndroid.blogspot.com | <1% |
| 69 | Internet | pascasarjana.uit.ac.id | <1% |
| 70 | Internet | repository.unism.ac.id | <1% |
| 71 | Internet | www.guruprab.com | <1% |
| 72 | Internet | www.scilit.net | <1% |
| 73 | Publication | Dewi Sartika Siagian, Sara Herlina. "Analisis Hubungan Pemberian Asi Eksklusif d... | <1% |
| 74 | Student papers | Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur II | <1% |
| 75 | Publication | Hana Jamaludin, Christiana Rialine Titaley, Yudhie Djuhastidar Tando, Ritha Tahit... | <1% |
| 76 | Publication | Nandita Nandita, Sri Rochani Mulyani, Rukhiyat Syahidin, Vip Paramarta, Rahadia... | <1% |
| 77 | Internet | eprints.ums.ac.id | <1% |
| 78 | Internet | es.scribd.com | <1% |
| 79 | Internet | repository.uinjkt.ac.id | <1% |
| 80 | Internet | repository.unjaya.ac.id | <1% |
| 81 | Internet | search.jogjalib.com | <1% |

| | | | |
|----|-------------|---|-----|
| 82 | Internet | trisuntea.blogspot.com | <1% |
| 83 | Internet | www.finansialku.com | <1% |
| 84 | Internet | www.halodoc.com | <1% |
| 85 | Publication | Azzahra Haya Yusriyah, Rika Andriyani, Miratu Megasari. "FAKTOR-FAKTOR YANG ... | <1% |
| 86 | Publication | E. Gina Mustikawati, Mahmudah Mahmudah. "ASI EKSLUSIF DI KABUPATEN KUTA... | <1% |
| 87 | Publication | Elin Supliyani, Ina Handayani, Suhartika Suhartika. "ASUHAN BERPUSAT PADA KE... | <1% |
| 88 | Publication | Nur Afrinis, Indrawati Indrawati, Noni Haspriyanti. "HUBUNGAN PENGETAHUAN L... | <1% |
| 89 | Internet | carolinaria.wordpress.com | <1% |
| 90 | Internet | cycwithdgdawn.web.app | <1% |
| 91 | Internet | e-journal.sari-mutiara.ac.id | <1% |
| 92 | Internet | fr.scribd.com | <1% |
| 93 | Internet | journal.aisyahuniversity.ac.id | <1% |
| 94 | Internet | journal.stik-ij.ac.id | <1% |
| 95 | Internet | journal.unhasa.ac.id | <1% |

| | | | |
|-----|-------------|---|-----|
| 96 | Internet | journal.uwhs.ac.id | <1% |
| 97 | Internet | konsultasiskripsi.com | <1% |
| 98 | Internet | media.neliti.com | <1% |
| 99 | Internet | repository.binausadabali.ac.id | <1% |
| 100 | Internet | scholar.archive.org | <1% |
| 101 | Internet | staidagresik.ac.id | <1% |
| 102 | Internet | www.popmama.com | <1% |
| 103 | Internet | www.slideshare.net | <1% |
| 104 | Publication | Feling Polwandari, Sonia Wulandari. "Gambaran Usia, Paritas, Tingkat Pendidikan... | <1% |
| 105 | Publication | Riona Sanjaya, Jusuf Sulaeman Effendi, Adhi Pribadi. "HUBUNGAN KECEMASAN IB... | <1% |
| 106 | Publication | Dily Ekasari, Ahmad Wasis Setyadi, Liya Ni'matul Maula, Febrina Dwi Nurcahyanti... | <1% |
| 107 | Publication | Martha Ariana Wijayanti, Binti Maratus Sholikhah, Ernawaty Ernawaty. "Upaya Pe... | <1% |
| 108 | Publication | Musriyawati Musriyawati, Tiarnida Nababan, Erni Yanti Biloko, Kiki Andrining Tya... | <1% |
| 109 | Publication | Revi Lindawati. "Hubungan Pengetahuan, Pendidikan dan Dukungan Keluarga de... | <1% |



110

Publication

Rosida Hi. Saraha. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Keberhasilan ASI Ek... <1%

111

Publication

Rosyana Rosyana, Rodiatul Hasanah Sembiring, Saur Meliana Sitorus, Rita Anggr... <1%

112

Internet

jurnal.untan.ac.id <1%

