

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
MELALUI TEKNIK PSIKODRAMA TERHADAP
PROKRASINASI AKADEMIK SISWA KELAS XI IPA
DI SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh:

Najmi Miranda Hayati

NIM 06071281419031

Program Studi Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2018

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI TEKNIK
PSIKODRAMA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA
KELAS XI IPA DI SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh:

Najmi Miranda Hayati

06071281419031

Program Studi Bimbingan Konseling

Mengesahkan :

Pembimbing 1



Drs. Syarifuddin Gani, M.Si., Kons

NIP 195503021983031004

Pembimbing 2

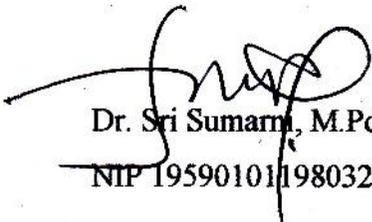


Rani Mega Putri, M.Pd., Kons

NIP 198808182015042001

Mengetahui

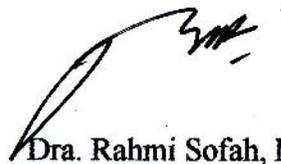
Ketua Jurusan



Dr. Sri Sumarni, M.Pd

NIP 19590101198032001

Ketua Program Studi



Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons

NIP 195902201986112011

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI TEKNIK
PSIKODRAMA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA
KELAS XI IPA DI SMA SRIJAYA NEGARA PALEMBANG**

Skripsi

Oleh :

Najmi Miranda Hayati

Nomor Induk Mahasiswa (06071281419031)

Program Studi Bimbingan Konseling

Telah Diujikan dan Lulus pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 24 Juli 2018

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Syarifuddin Gani, M.Si., Kons
2. Sekretaris : Rani Megaputri, M.Pd., Kons
3. Anggota : Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons
4. Anggota : Dra. Harlina, M.Sc
5. Anggota : Drs. Imron Abdul Hakim, M.S



Palembang, 24 Juli 2018

Ketua Program Studi



Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons

NIP 195902201986112001

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah rabbil'alamiin, segala Puji dan Syukur kepada Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW yang menjadi sumber tauladan bagi para umat-Nya atas selesainya skripsi ini. Dengan penuh rasa syukur skripsi ini kupersembahkan pada:

- ❖ Kedua orangtua, yaitu Ummi dan Buyaku yang tersayang, tercinta, dan terkasih. Berkat doa, nasihat, serta bertubi-tubi pertanyaan kalian seperti “Kapan sidang?” dan “Kapan Wisuda”-lah yang mampu memotivasiku untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
- ❖ Saudara dan adikku semata wayang, Abi, yang tak pernah lupa menertawaiku dikala aku menghadapi kesulitan terkait dosen dan skripsi. MAKASIH BANYAK, LOH YA!
- ❖ Pamanku, Om Ajis, yang meski tidak disadarinya namun telah memberiku dukungan luarbiasa besarnya mulai dari awal perkuliahan hingga aku menyelesaikan skripsi ini. Semoga rezekimu dilancarkan selalu ya, Om! ☺
- ❖ Sepupuku sekaligus sahabat terbaikku, Nadia, yang sebetulnya tidak memiliki andil apapun dalam skripsi ini. Terima kasih, setidaknya setiap kali aku merasa penat kau selalu ada menemaniku *refreshing*.
- ❖ Pembimbing skripsi, Bapak Drs. Syarifuddin Gani, M.Si.,Kons. dan Ibu Rani Mega Putri, M.Pd.,Kons. Terima kasih telah menyediakan tenaga dan waktunya demi memberiku bimbingan.
- ❖ Sahabat terdekatku selama 4 tahun kuliah ini, cik Nova dan yuk Novi. Terima kasih karena telah menjadi teman ngobrol, teman makan, teman curhat, dan teman debat dalam diskusi, baik itu di pihakku maupun oposisi.

- ❖ Teman-temanku para Pengabdian Ba*i (maaf sensor), yaitu Fadhil, Kiki, dan Tri yang sudah lulus duluan namun tak pernah melupakanku.
- ❖ Teman seperjuangan a.k.a Syarif Squad; Sindi, Kak Yudy, dan Refka. Ingatlah, tanpa kalian mungkin aku hanyalah satu dari butiran pasir yang teronggok di pinggiran pantai.
- ❖ Yellin, Annisa, dan Fatiah yang sudah mau memberikan pencerahan untuk skripsiku.
- ❖ Temanku dari dunia maya sekaligus *game* selama 5 tahun lamanya, Alex. Meskipun kita tak pernah bertemu, meskipun tempatmu berada di sisi lain Indonesia, terima kasih karena sudah rela jadi tempatku curhat dan meminta nasihat. Semoga pertemanan kita terus langgeng, ya lex! >.<
- ❖ Teman-teman BK 2014 Palembang dan Indralaya.
- ❖ Keluarga besar SMA Srijaya Negara Palembang.
- ❖ Almamaterku.

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Najmi Miranda Hayati
NIM : 06071281419031
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPA di SMA Srijaya Negara Palembang” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian saya, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, Juli 2018



Najmi Miranda Hayati
NIM 06071281419031

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPA di SMA Srijaya Negara Palembang” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Drs. Syarifuddin Gani, M.Si, Kons. dan Ibu Rani Mega Putri, M.Pd, Kons. sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Prof. Sofendi, M.A, Ph.D. selaku Dekan FKIP Unsri dan Ibu Dra. Sri Sumarni, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, dan Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd, Kons. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling. Dosen pengajar Ibu Harlina, Ibu Kelanawati, Ibu Aisyah, Ibu Rosidah, Ibu Fitri Wahyuni, Pak Imron Hakim, Pak Romli Menarus, Pak Anang, Pak Amir, Pak Yosef, Pak Alrefi, Ibu Ratna, Ibu Risma, Ibu Rani, dan Pak Sigit, terima kasih untuk setiap kesempatan, pengalaman, motivasi, serta ilmu yang tak ternilai harganya. Ucapan terima kasih kepada Mbak Riansih, S.Pd. selaku pengelola administrasi yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konseling pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Bimbingan Kelompok.....	7
2.1.1 Pengertian Bimbingan Kelompok.....	7
2.1.2 Tujuan Bimbingan Kelompok.....	8
2.1.3 Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	10
2.1.4 Tahap-tahap Bimbingan Kelompok.....	11
2.1.5 Teknik Bimbingan Kelompok.....	14
2.2 Psikodrama	17
2.2.1 Pengertian Psikodrama.....	17
2.2.2 Prosedur Pelaksanaan Psikodrama	18
2.2.3 Komponen Dasar Psikodrama.....	19
2.3 Prokrastinasi Akademik.....	21
2.3.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik.....	21

2.3.2 Faktor Yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	23
2.3.3 Ciri-Ciri Prokrastinasi Akademik.....	24
2.3.4 Area Prokrastinasi Akademik.....	25
2.3.5 Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Psikodrama terhadap Prokrastinasi Akademik	26

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian.....	27
3.2 Variabel Penelitian.....	28
3.3 Definisi Operasional Variabel.....	28
3.4 Populasi, Sampel, Dan Teknik Sampling.....	29
3.4.1 Populasi.....	29
3.4.2 Sampel dan Teknik Sampling.....	29
3.5 Alat Dan Teknik Pengumpulan Data.....	30
3.6 Teknik Analisis Data.....	32
3.6.1 Uji Normalitas.....	32
3.6.2 Analisis Data.....	33
3.7 Hipotesis Penelitian.....	33
3.7.1 Hipotesis Penelitian.....	33
3.7.2 Hipotesis Statistik.....	33

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Persiapan Penelitian.....	34
4.1.1 Observasi Sekolah.....	34
4.1.2 Menyiapkan Urusan Administrasi.....	34
4.1.3 Menyiapkan Instrumen.....	35
4.2 Hasil Penelitian.....	35
4.2.1 Hasil <i>Pretest</i>	35
4.2.1.1 Per Individu.....	35
4.2.1.2 Per Sub-Indikator.....	36
4.2.2 Perlakuan.....	36

4.2.3 Hasil <i>Posttest</i>	37
4.2.3.1 Per Individu.....	37
4.2.3.2 Per Sub-Indikator.....	38
4.2.4 Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa.....	38
4.3 Pembahasan.....	40
 BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran.....	51
5.2.1 Bagi Siswa.....	51
5.2.2 Bagi Guru BK.....	51
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	52
 DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

3.1 Pelaksanaan Rencana.....	28
3.2 Jumlah Populasi.....	29
3.3 Penskoran Item dalam Angket Prokrastinasi Akademik.....	30
3.4 Kategori Tingkatan Prokrastinasi Akademik.....	31
3.5 Kisi-kisi Angket Prokrastinasi Akademik.....	32
4.1 Hasil <i>Pretest</i> Siswa dengan Prokrastinasi Akademik Tertinggi.....	35
4.2 Hasil <i>Pretest</i> Per Sub Indikator.....	36
4.3 Hasil <i>Posttest</i> Siswa Setelah Diberikan <i>Treatment</i>	37
4.4 Hasil <i>Posttest</i> Per Sub Indikator.....	38
4.5 Perbedaan Prokrastinasi Akademik Sebelum dan Sesudah Menerima Perlakuan.....	39
4.6 Tabel Kerja t_0	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Desain Eksperimen.....	30
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

1. Angket Prokrastinasi Akademik
2. Foto Dokumentasi
3. Skor Angket Siswa
4. Uji Normalitas
5. Perhitungan Uji T
6. RPL Prokrastinasi Akademik
7. Materi Prokrastinasi Akademik
8. RPL Psikodrama 1
9. Skenario Psikodrama 1
10. RPL Psikodrama 2
11. Skenario Psikodrama 2
12. RPL Psikodrama 3
13. Skenario Psikodrama 3
14. Usul Judul
15. Persetujuan Seminar Proposal Penelitian
16. Pengesahan Seminar Proposal Penelitian
17. Surat Keputusan Pembimbing Skripsi
18. Kartu Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing 1
19. Kartu Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing 2
20. Surat Izin Penelitian FKIP UNSRI
21. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Selatan
22. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
23. Persetujuan Seminar Hasil Penelitian
24. Persetujuan Ujian Skripsi
25. Bukti Perbaikan Skripsi
26. Perbaikan Ujian Skripsi
27. Izin Penjilidan

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA di SMA Srijaya Negara Palembang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-experimental* dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel diperoleh menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah populasi 94 siswa dan 7 di antaranya dijadikan sampel. Perlakuan diberikan sebanyak 4 kali pertemuan, di mana pertemuan pertamanya berupa bimbingan kelompok biasa, dan 3 pertemuan selanjutnya berupa bimbingan kelompok menggunakan teknik psikodrama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan antara *pretest* dan *posttest*. Sebelum menerima perlakuan, skor rata-rata *pretest* adalah 105,142 yang berada pada kategori Tinggi (T). Setelah diberikan, skor rata-rata *posttest* meningkat menjadi 162,428 dengan kategori Sangat Rendah (SR). Dari hasil Uji-T, $t_{hitung} = 17,25$ yang jika t_{tabel} dalam taraf signifikan 5% adalah 2,447, maka berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau dengan kata lain H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik psikodrama berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa dengan berkurangnya perilaku prokrastinasi akademik tersebut.

Kata kunci: *Layanan bimbingan kelompok, psikodrama, prokrastinasi akademik.*

ABSTRACT

The purpose of this study was to discern the influence of group guidance with psychodrama technique on academic procrastination of 11th science class students in Srijaya Negara High School Palembang. The method used in this study was pre-experimental with one group pretest-posttest design. Samples were collected by using purposive sampling technique, with total population of 94 students and 7 of them were taken as samples. Treatments were given for 4 times meetings where the first meeting was a regular group guidance, and the next 3 meetings was group guidance with psychodrama technique. The study results showed that there was a change between pretest and posttest. Before receiving treatments, average score of pretest was 105,142, which belong to High category. After receiving it, the average score of posttest increased to 162,428 with Very Low category. Based on the T-test result, the $t_{\text{calc}} = 17,25$, which if t_{table} in the significant level of 5% is 2,447, it meant that $t_{\text{calc}} > t_{\text{table}}$ or in other words H_0 was rejected and H_a was accepted. It showed that the group guidance using psychodrama technique did affect the academic procrastination by decreasing the appearance of procrastination academic behavior.

Key word: *Group guidance, psychodrama, academic procrastination.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Prokrastinasi atau yang berarti kecenderungan untuk menunda dalam melaksanakan suatu kegiatan, adalah salah satu kebiasaan yang paling banyak dimiliki oleh mayoritas manusia di dunia. Bahkan untuk kegiatan yang tergolong mudah pun, tak bisa dipungkiri prokrastinasi masih bisa terjadi. Prokrastinasi memang tidak selalu bersifat negatif dan tak jarang juga bisa membawa hasil yang positif. Namun dari kebanyakan kasus yang terjadi, prokrastinasi sering memberikan sisi buruk bagi pelakunya maupun sekitarnya. Kebiasaan ini bisa dijumpai pada setiap orang tanpa memandang usia, jenis kelamin, ataupun pekerjaan.

Menurut Solomon dan Rothblum (dalam Surijah, 2007), prokrastinasi adalah penundaan mulai mengerjakan atau penyelesaian tugas yang disengaja. Hal yang senada juga turut dinyatakan oleh Steel, "*to voluntarily delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay*", yang artinya prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk (dalam Tdjundjing, 2008). Orang yang melakukan prokrastinasi biasa disebut dengan prokrastinator.

Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakannya. Seorang prokrastinator, meskipun ia sudah merasakan dampak buruk dari perbuatannya dan menyesalinya, namun selanjutnya perbuatan itu tetap ia ulangi. Sebagai contoh, seorang anak yang disuruh membersihkan kamar oleh Ibunya memilih menghabiskan waktunya dengan bermain bola meskipun dia tahu kalau kamar tersebut sangat luas dan tamu yang akan menempatnya

juga akan segera datang, sehingga begitu tamu itu tiba, anak tersebut pun dihukum oleh Ibunya karena tugasnya tidak selesai tepat waktu. Namun begitu dia mendapatkan tugas lagi dari Ibunya, dia masih tetap menunda mengerjakannya dan malah melakukan hal yang lain. Perbuatan tersebut terus berulang kali ia lakukan hingga akhirnya menjadi kebiasaan.

Dalam konteks sekolah sebagai fokus penelitian di mana pelajar sekolah yang menjadi objeknya, maka prokrastinasi yang dibahas akan lebih dispesifikkan lagi dalam lingkup akademik, yang di sini peneliti menggunakan istilah prokrastinasi akademik sebagai topik permasalahan.

Rothblum, Solomon, dan Murakami mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk; (1) selalu atau nyaris selalu menunda tugas-tugas akademik, dan; (2) selalu atau nyaris selalu juga mengalami masalah kecemasan yang berkaitan dengan prokrastinasi itu. Lay, Knish, dan Zannata mengemukakan beberapa perilaku khusus yang berkontribusi terhadap prokrastinasi pelajar, yaitu; kurangnya latihan atau persiapan, kurangnya usaha yang berdampak pada menurunnya kualitas kinerja, khususnya dalam persiapan. Perilaku lain yang berkontribusi terhadap prokrastinasi adalah sabotase diri atau *self-handicapping*, yaitu memilih untuk mengerjakan tugas namun kemudian malah menyebabkan menunda mengerjakan tugas yang didapat (Ilfiandra: 2010).

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa sekolah, terutama di jenjang SMA, dapat diketahui dengan munculnya beberapa ciri-ciri. Ferrari, Johnson, dan McCown (dalam Octavia, 2007) menyebutkan ciri-ciri pelaku prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi empat, yaitu; (1) penundaan waktu untuk memulai belajar; (2) penundaan waktu untuk menyelesaikan tugas belajar; (3) ada perbedaan niat untuk mengerjakan tugas dan tindakan, serta; (4) memilih melakukan hal lain daripada belajar.

Sampai saat ini, fenomena prokrastinasi akademik tak kunjung putus dari generasi ke generasi. Padahal, tugas yang terbengkalai dan penyelesaian tugas yang tidak maksimal bisa berpotensi mengakibatkan kegagalan atau terhambatnya seorang siswa meraih kesuksesan. Hal ini sangat ironis

mengingat salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja (12-20 tahun) ialah mempersiapkan karir ekonomi (Hurlock: 2011) dengan bersekolah sebagai salah satu cara untuk merealisasikannya. Kay (dalam Jahja, 2012) juga mengemukakan salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dipenuhi ialah memperkuat *self control* atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau filsafah hidup, yang lagi-lagi sangat bertentangan dengan fenomena prokrastinasi akademik yang di mana rendahnya kemampuan pengendalian diri menjadi faktor penyebabnya.

Dalam penelitian yang dilakukan Sari (2013), dinyatakan siswa yang melakukan prokrastinasi akademik dengan kategori rendah sebanyak 17,5 persen, kategori sedang sebanyak 66,7 persen, dan kategori tinggi sebanyak 15,8 persen di SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Suryo (2017) mengungkapkan terdapat 1 persen siswa SMA di Yogyakarta yang termasuk prokrastinasi akademik kategori sangat tinggi, 5,7 persen tinggi, 49,5 persen sedang, 38,6 persen rendah, dan 5,2 persen sangat rendah.

Peneliti memutuskan untuk memilih SMA Srijaya Negara sebagai tempat penelitian karena berdasarkan keterangan guru BK di sana, tidak sedikit siswa yang sering datang terlambat ke sekolah, lambat mengumpulkan tugas, maupun bentuk-bentuk prokrastinasi akademik lainnya. Terbukti ketika peneliti amati secara langsung, ada sejumlah siswa yang terlihat sembunyi-sembunyi mengerjakan tugas selagi guru mengajar dan ada juga yang masih makan di kantin ketika bel masuk berbunyi.

Dalam kaitannya dengan Bimbingan dan Konseling, peneliti menganggap layanan bimbingan kelompok sebagai layanan yang tepat untuk diberikan pada para pelajar yang prokrastinasi, sebab dalam layanan tersebut para pelajar yang menjadi peserta layanan dibimbing untuk mengembangkan diri secara mandiri ke arah penyelesaian masalah maupun tindak pencegahannya. Melalui itu pula, para pelajar dapat menyadari dengan sendirinya maupun saling menyadarkan satu sama lain mengenai buruknya prokrastinasi, yang dalam hal ini ialah topik bahasannya.

Syaifudin (2015) menyimpulkan layanan bimbingan kelompok sebagai pemberian bantuan kepada sejumlah individu melalui kegiatan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok (konselor) dengan maksud melatih kemampuan dalam bersosialisasi terutama dalam berkomunikasi untuk membahas suatu topik umum, yang aktual dan bukan permasalahan pribadi dari satu orang. Bimbingan kelompok sangat efektif untuk memperoleh informasi dari individu, untuk menerima dukungan sosial, mengembangkan makna dari permasalahan yang ada, memperoleh keterampilan, dan berperilaku yang adaptif dengan cara mengatasi permasalahan yang ada (McRae & Smith, dalam Roberts, dkk., 2002).

Sedangkan untuk teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok tersebut, peneliti berencana untuk menerapkan teknik psikodrama dalam pelaksanaannya nanti dikarenakan teknik tersebut belum pernah diterapkan oleh guru BK SMA Srijaya Negara. Melalui teknik ini, siswa diharapkan mampu menyadari dan memahami dengan sendirinya dampak dari kebiasaan prokrastinasi akademik yang mereka lakukan ketika mereka mengembangkan dialog naskah psikodrama yang telah disediakan. Selain itu pula, dalam beberapa adegan drama yang akan mereka mainkan, para siswa hendaknya mampu mengungkapkan perasaan-perasaan mereka yang terpendam yang tak sempat mereka ekspresikan ketika berada pada situasi tertentu, seperti; rasa penyesalan karena mendapat nilai raport kecil akibat tidak pernah mengerjakan tugas dengan maksimal.

Penggunaan teknik psikodrama ini dijelaskan pula oleh beberapa ahli. Menurut Moreno (dalam Prawitasari, 2011) psikodrama memberikan kesempatan pada individu untuk melihat kehidupan pribadi dengan cara pandang berbeda setelah kehidupan pribadi itu didramakan dan dimainkan oleh orang lain yang berada dalam kelompok bersamanya.

Salah satu tujuan psikodrama adalah berdiskusi tentang permasalahan yang dihadapi secara terbuka di depan kelompok dan memerankannya. Lebih lanjut, Sholikhah (2013) menambahkan bahwa psikodrama dilakukan guna membantu peserta untuk mengungkapkan perasaan-perasaan, kemarahan,

agresi, kesedihan, dan perasaan bersalah. Melalui psikodrama, individu hendaknya mampu mengalami dan bekerja melalui kejadian masa lalu, sekarang, atau kejadian-kejadian yang diantisipasi menyebabkan mereka tertekan.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis akan melaksanakan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok melalui Teknik Psikodrama terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI IPA di SMA Srijaya Negara Palembang”.

1.2 Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana pengaruh layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI IPA di SMA Srijaya Negara?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh dari layanan bimbingan kelompok melalui teknik psikodrama terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan beberapa manfaat berupa:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya berkaitan dengan prokrastinasi akademik.
 - b. Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan di bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya mengenai bimbingan kelompok menggunakan teknik psikodrama untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, yaitu bisa mengurangi prokrastinasi akademik melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama.
- b. Bagi konselor, yaitu konselor dapat menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa.
- c. Bagi sekolah, sebagai bahan masukan terhadap guru Bimbingan Konseling di sekolah untuk meningkatkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam pengembangan pelayanan Bimbingan dan Konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Erman & Marjohan. 1992. *Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Proyek Pembinaan Tenaga Kerja Kependidikan Depdikbud.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2000. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.
- Baim, C., Burmeister, J., dan Manuela, M. 2007. *Psychodrama: Advances In Theory And Practice*. USA: Taylor and Francis Group.
- Burka, JB & Yuen, LM. 2008. *Procrastination*. Cambridge: Da Capo Press.
- Corey, Gerald. 2008. *Theory And Practice Of Counseling And Psychoterapy. 7th Edition*. Belmont, CA: Thomson-Brooks/Cole.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Strategi Pembelajaran Dan Pemilihannya*. Jakarta: Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidik dan Tenaga Kependidikan.
- Ferrari, JR., Johnson, JL., & McCown, WG. 1995. *Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research, And Treatment*. New York, USA: Plenum Press.
- Folastri, Sisca & Rangka, IB. 2016. *Prosedur Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Bandung: Mujahid Press.
- Ghozali, Imam. 2013. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS. Edisi Ketujuh*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

- Ghufron, M. N. 2003. Hubungan Kontrol Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Hallen, A. 2005. *Bimbingan Dan Konseling. Edisi Revisi*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Hurlock, E. B. 2011. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Ilfiandra. 2010. Penanganan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas: Konsep Dan Aplikasi. *Jurnal*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia. Diakses pada tanggal 03 Oktober 2017 dari <http://file.upi.edu>.
- Jahja, Yudrik. 2012. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Kerlinger, Alfred N. 2006. *Asas-Asas Penelitian Behavioral (Terjemahan)*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Octavia, I. C. 2007. Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kecemasan Terhadap Tugas Akademik Dan Motivasi Berprestasi. *Skripsi*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata. Diunduh dari <https://repository.unika.ac.id>
- Perina, K. 2002. How Do Students Cope With Procrastination? They Lie. *Psychology Today*, 25 (19). Diunduh dari <http://search.proquest.com/>.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- . 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- . 1997. *Buku III Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Di SMU*. Jakarta: PT Bina Sumber Daya MIPA.

- Rahmawati, Virliana. 2017. Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Terhadap Penurunan Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas X-Tpm2 SMKN 1 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017. *Skripsi*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri. Diunduh dari <https://digilib.uns.ac.id>.
- Riansyah, H., Hengki S., & Astriyaningsih. 2018. Bimbingan Kelompok Teknik Role-Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Fokus Konseling, Vol. 4, No. 1, Hal. 72-78*. Diunduh dari <https://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id>
- Riduwan. 2008. *Dasar-dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Rizky, Siti Annisa. 2009. Hubungan Prokrastinasi Akademis Dan Kecurangan Akademis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. *Skripsi*. Medan: Universitas Sumatera Utara Repository. Diunduh dari <https://repository.usu.ac.id>
- Roberts, SA., Kiselica, MS., & Fredrikson, SA. 2002. Quality Of Live Of Persons With Medical Illnesses: Counseling's Holistic Contribution. *Journal of Counseling & Development, Vol. 80*.
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori Dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- . 2006. *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok Di Sekolah (Metode, Teknik Dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Sari, Arfianti Novita. 2010. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Berwirausaha. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sari, Dewi Novita. 2013. Hubungan Antara Stres Terhadap Guru Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.

- Senecal, C., Koestner, R., & Vallerand, R.J. 1995. Self-Regulation And Academic Procrastination. *Journal of Social Psychology*, 135 (5).
- Sukardi, Dewa Ketut. 2000. *Manajemen Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Surijah, EA, & Sia, Tjundjing. 2007. Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik Dan Conscientiousness. *Anima Indonesian Psychological Journal*, Vol. 22, No. 4, Hal. 356.
- Suryo, K. J.a. C. 2017. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Yang Aktif Dalam Media Sosial Di Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Sanata Dharma University.
- Syaifudin, Arif. 2015. *Pengertian Bimbingan Kelompok Di Sekolah Dasar Menurut Ahli*. Diakses tanggal 20 November 2017 di <http://www.kamarsemut.com>
- Tjundjing, Sia. 2006. Apakah Penundaan Menurunkan Prestasi?. *Anima Indonesia Psychological Journal*, Vol. 22, No. 1.
- Tjundjing, Sia & Iven, K. 2008. Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu. *Anima Indonesian Psychological Journal*, Vol. 23, No. 2.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tunggal, Pingki Utami S.A.N. 2014. Role-Playing Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Klaten Tahun Pelajaran 2013/2014. *Skripsi*. Diakses pada tanggal 28 Maret 2018 di <https://digilib.uns.ac.id>
- Utami, H. Y. 2016. *Pengertian Dan Tujuan Bimbingan Konseling Kelompok*. Diakses tanggal 20 November 2017 di <https://blog.uad.ac.id>
- Yuwanto, Listyo. *Mahasiswa Prokrastinasi, Dosen Dan Mahasiswa Terbebani*. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2017 di <http://www.ubaya.ac.id>

Winkel, WS. 2004. *Bimbingan Dan Konseling Di Institut Pendidikan*.
Yogyakarta: Media Abadi.