

PENERAPAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM TERHADAP SISWA YANG MENGALAMI PROKRASTINASI AKADEMIK DI SMP NEGERI 33 MAKASSAR



APPLICATION OF ISLAMIC COUNSELING GUIDANCE TO STUDENTS EXPERIENCED ACADEMIC PROCRASTINATION AT SMP NEGERI 33 MAKASSAR

¹Nurhidayatullah D, ²Wahdaniah

¹STKIP Andi Mattapa Jl. Lamarudani Email: yayalibra1510@gmail.com

²SMPN 33 Makassar Email: wahda40Neg@gmail.com

INFO ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:
*Bimbingan
Konseling Islam,
Prokrastinasi
Akademik*

Penelitian ini menyelidiki perilaku prokrastinasi akademik siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 33 Makassar. Masalah pada penelitian ini merupakan: (1) Bagaimanakah prokrastinasi akademik murid Sekolah Menengah Pertama Negeri 33 Makassar? (2) Bagaimanakah aplikasi Bimbingan Konseling Islam pada Sekolah Menengah Pertama Negeri 33 Makassar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) prokrastinasi akademik siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 33 Makassar, (2) aplikasi Bimbingan Konseling Islam pada Sekolah Menengah pertama Negeri 33 di Kota Makassar. Pendekatan dalam penelitian ini yang digunakan menggunakan penelitian kuantitatif menggunakan jenis penelitian ex post facto. Populasi dalam penelitian ini yang digunakan sebesar 95 siswa yang mengalami prokrastinasi akademik. Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian sebesar 30 orang yg dibagi sebagai 2 kelompok penelitian memakai teknik proporsional irregular testing. Teknik pengumpulan information dilakukan menggunakan memakai skala prokrastinasi akademik & observasi. Analisis information menggunakan analisis information naratif & analisis inferensial.

ABSTRACT

Kata Kunci:
*Islamic Counseling
Guidance, Academy
Procrastination*

This research investigates the academic procrastination behavior of students at State Junior High School 33 Makassar. The problems in this research are: (1) What is the academic procrastination of students at State Middle School 33 Makassar? (2) What is the application of Islamic Counseling Guidance at State 33 Makassar Junior High School. The aim of this research is to find out: (1) the academic procrastination of students at State 33 Makassar Junior High School, (2) the application of Islamic Counseling Guidance at State 33 Junior High School in the City Makassar. The approach used in this research uses quantitative research using ex post facto research. The population used in this research was 95 students who experienced academic procrastination. The subjects in the research were 30 people who were divided into 2 research groups using the proportional irregular testing technique. The information collection technique was carried out using an academic procrastination & observation scale. Data analysis uses narrative information analysis & inferential analysis.

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling dalam kerangka lembaga pendidikan adalah upaya seorang konselor, pendidik atau guru dalam bidang bimbingan dan konseling secara sistematis, objektif, wajar dan berkesinambungan, saling mendukung dan terprogram untuk membantu dan memperlancar

perkembangan atau konseling siswa. untuk mendapatkan kemerdekaan masa depan yang mereka alami sebagai siswa.

Diharapkan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan berbasis Islam dapat hadir untuk memecahkan permasalahan yang ada di sekolah khususnya yang dihadapi siswa.

Tujuan bimbingan dan konseling adalah untuk membantu anak mengikuti sekolah atau konseling agar mereka dapat mengembangkan dan menguasai keterampilan untuk menjadi yang terbaik atau untuk menerapkan nilai-nilai yang terkandung dalam pekerjaan mereka. Tugas ini akan menjadi bagian dari pertumbuhan, dan pendidik dan siswa harus melakukan yang terbaik untuk menjadi anggota komunitas sekolah yang baik.

Perilaku belajar siswa dan gaya belajar mereka sangat beragam dan saling mempengaruhi saat mereka berhasil di sekolah. Bagaimana siswa berperilaku dengan orang lain dan hasil belajar mereka dipengaruhi oleh motivasi belajar mereka, meskipun ini sangat penting, siswa akan melakukan sebaliknya. Siswa biasanya menunda tugas yang dianggap dapat mereka selesaikan dan menawarkan berbagai alasan untuk membuang-buang waktu.

Perilaku menunda-nunda tugas merupakan salah satu bentuk perilaku yang dapat menghambat proses belajar siswa. Fenomena perilaku menunda-nunda dalam psikologi dikenal dengan istilah prokrastinasi (Nurhidayatullah, 2019).

Siswa sering salah memperkirakan waktu ketika diberdayakan. Mereka juga cepat menyelesaikan tugas dan menganggap waktunya stabil. Siswa juga lebih senang dengan pekerjaan mereka dan bekerja lebih cepat. Mereka tidak akan menganggap penting tugas mereka sebagai siswa dan pembelajar. Salah satu cara yang dapat menghambat belajar siswa adalah dengan menunda pekerjaan rumah mereka. Psikologi menggunakan istilah "penundaan" untuk menggambarkan fenomena penundaan.

"Penundaan akademik" adalah kecenderungan siswa untuk membolos tugas sekolah atau tugas akademik lainnya, menurut Ulum (2016). Keterlambatan ini berbahaya bagi mereka sendiri dan orang lain. Konseling Islam juga merupakan proses yang membantu siswa atau siswa sekolah dengan masalah seperti pengetahuan diri, adaptasi, dan pengarahan diri untuk

mencapai realisasi diri dengan ajaran Islam yang sesuai dengan agama Islam (Tarmizi, 2018).

Konseling karir memiliki dua tujuan jangka panjang dan jangka pendek, menurut Sukmadinata (2004). Tujuan jangka panjang adalah untuk meningkatkan pengetahuan diri siswa, memahami arah pertumbuhan lingkungan mereka, dan meningkatkan kemampuan mereka untuk memilih dan berkembang.

Mereka dapat menggunakan ajaran Islam sebagai dasar yang ideal untuk hidup mereka. Bimbingan dan konseling Islam menawarkan cara bagi siswa dan siswa untuk menghindari dan menyelesaikan masalah mereka, terus mengubah orientasi pribadi mereka, mendapatkan kekuatan mental spiritual, meningkatkan tingkah laku moral mereka, dan belajar berbagai teknik pemugaran.

Bimbingan dan konseling Islami adalah membantu mereka yang ingin menjadi manusia seutuhnya mencapai kebahagiaan biologis, baik di dunia maupun di akhirat, menurut Adz-Dzaki (2006). bimbingan dan konseling hanya memberikan bantuan, dan individu yang terlibat bertanggung jawab sepenuhnya atas penyelesaian masalah mereka. Tetapi tujuan utama adalah agar manusia mengenal satu sama lain, mencintai satu sama lain, dan menghormati janji, sifat, dan gambaran Allah SWT.

Menurut HM Arifin (1979), orientasi keagamaan memiliki dua tujuan. Yang pertama adalah untuk membantu siswa yang menginginkan bimbingan menjadi sadar diri dan siap untuk berlatih. Tujuan kedua adalah untuk memberi siswa referensi agama (berdasarkan keyakinan agama) untuk memecahkan masalah yang mereka hadapi sebagai siswa.

Menurut Ulum (2016), prokrastinasi akademik adalah ketika siswa menunda tugas atau pekerjaan yang mudah tetapi tidak dilakukan segera. Hal ini terjadi pada banyak siswa yang memiliki tugas akademik yang diberikan oleh sekolah mereka. Mereka harus terus melakukannya dengan

mengambil bagian dalam aktivitas lain yang menyenangkan dan penting sambil mengabaikan waktu, karena jika mereka tidak melakukannya, mereka akan menerima akibatnya.

MC. Carthy (Ulum, 2016) menggambarkan prokrastinasi sebagai ketika seseorang memiliki rasa tanggung jawab dan ingin membuat keputusan, memiliki tugas untuk dilakukan, dan baru mulai melakukannya saat tenggat waktunya dekat. Menurut Risnawati (2010), individu menggunakan kesamaan untuk terus bekerja. Apa pun alasan Anda untuk menunda, penundaan adalah penundaan.

Menurut beberapa pakar yang terlibat penelitian, prokrastinasi akademik berarti melewatkan tugas akademik dan terlibat dalam aktivitas yang menyenangkan sehingga menghambat pekerjaan akademik.

Kajian Teori

Memahami ajaran dan nasihat Islam, kita harus memahami arti kata-kata. Menunjukkan, memberi jalan, atau membimbing orang lain menuju tujuan yang bermanfaat bagi kehidupan mereka saat ini dan yang akan datang untuk membantu mereka berkembang sebagai siswa di sekolah. Instruksi berasal dari kata Inggris "guide", yang berarti "menunjukkan". Bimbingan adalah memberikan nasihat atau petunjuk kepada orang yang membutuhkan bantuan. Hadily (2006) menyatakan

Menurut Sutoyo, salah satu tujuan Bimbingan dan Konseling Islami adalah membantu orang belajar melakukan fitrah dan/atau kembali ke fitrahnya dengan cara-cara yang memperkuat iman, akal, dan kehendak Tuhan kepada mereka. Tujuan lain adalah membantu orang belajar bagaimana menggunakan petunjuk Allah dan Rasul-Nya secara benar dan konsisten. Sutoyo (2013)

Melakukan kesalahan adalah salah satu cara untuk mengobati orang dengan gangguan jiwa atau mencapai kesehatan jiwa menurut hukum Islam. Oleh karena itu, tuntunan dan nasehat Islami menggunakan pelajaran dari Al-Qur'an dan al-Hadits untuk

menyembuhkan dan mewujudkan kegelisahan jiwa yang menyebabkan masalah. Bimbingan dan konseling seperti internalisasi nilai bertujuan untuk meningkatkan potensi atau bakat seseorang sebagai siswa atau karena sifat religiusnya.

Tujuan utama bimbingan dan konseling Islami adalah membantu orang mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Tujuan utama bimbingan dan konseling Islami adalah membantu orang mengenal, mencintai, dan menemukan jati diri mereka. Adz-Dzaki (2006) menyatakan

Prinsip-prinsip hidup yang ditemukan dalam Al-Quran dan Sunnah Rasulullah SAW adalah tujuan tuntunan dan nasehat Islam, yang disebut sebagai uswatun hasanah, atau pelindung kehidupan. Hidup adalah proses memilih: Anda bisa menjadi mu'min, muslim, atau muhsin, atau kafir, munafik, atau amukadzdzibin.

Sanwar menyatakan bahwa pedoman tersebut termasuk ajakan, gerakan, dan ide gerakan untuk mencapai tujuan. Orang ingin tahu dan termotivasi untuk mengikuti ajaran. Akibatnya, ajaran Islam akan dikenal, dipahami, dan dihayati sehingga dapat digunakan sebagai pedoman hidup yang bermanfaat. Al-Qur'an as-Sunnah, wahyu yang diturunkan kepada Rasulullah Muhammad saw., adalah dasar dari semua ajaran Islam.

Kegiatan pendukung berikut masih diperlukan untuk memastikan bahwa layanan bimbingan konseling islami berjalan dengan baik:

1. Penggunaan alat religius, khususnya pendukung kegiatan konseling keagamaan, untuk mengumpulkan data, pengetahuan, dan informasi tentang agama dari konseli yang beragam keyakinan, baik secara individu maupun kelompok. Ini termasuk data, pengetahuan, dan informasi tentang keragaman lingkungan dan pengalaman keagamaan pribadi mentee.
2. Himpunan data agama membantu bimbingan konseling agama dengan

- mengumpulkan semua informasi tentang kebutuhan pengembangan jiwa keberagaman konseli dalam berbagai aspek.
3. Bimbingan konseling Islam yang didukung oleh konferensi kasus, yang membahas berbagai masalah tentang agama yang lain dihadapi oleh konseli. Para pakar yang menghadiri konferensi ini berharap dapat memberikan pegangan, penjelasan, dan strategi untuk menyelesaikan masalah konseli.
 4. Guru pendidik dapat mengetahui perkembangan siswa mereka di rumah dengan melakukan kunjungan rumah. Dengan mendapatkan informasi, data, dan penjelasan tentang masalah keberagaman konseli, kunjungan rumah ini dapat membantu bimbingan konseling islami. Ini juga dapat memfasilitasi dan mendorong pengobatan dan penyembuhan masalah keberagaman konseli melalui kunjungan ke rumah konseli.
 5. Kegiatan yang mendukung bimbingan konseling islami, seperti alih tangan atau referensi, memberikan bantuan yang tepat dan akurat untuk lebih memahami masalah mereka sendiri.

Bimbingan konseling kepercayaan Islam memiliki sejumlah aktivitas pendukung yang hampir lengkap. Dengan menambahkan instrumen ini, kasus yang dialami konseli akan menjadi lebih menarik karena konseli tidak lagi merasakan unek-unek yang tersimpan. Akan lebih mudah untuk menyelesaikan perselisihan.

"Prokrastinasi" berasal dari kata Latin "pro", yang berarti "mendorong" atau "bergerak maju," dan "crastinus", yang berarti "membuat keputusan esok hari" dan "menangguhkan", yang berarti "menahan hingga hari berikutnya" (Ghufroon & Risnawati, 2010). Prokrastinasi, menurut Solomon (Zusya & Akmal, 2016), didefinisikan sebagai menahan diri dari melakukan sesuatu atau tidak menyelesaikannya. Orang yang terlalu cepat melakukan sesuatu disebut procrastinator.

"Prokrastinasi akademik" adalah gejala yang menghalangi lebih banyak orang untuk mengikuti pendidikan yang akan terbit internasional.

"Prokrastinasi" berasal dari kata Latin "pro", yang berarti "mendorong" atau "bergerak maju", dan "crastinus", yang berarti "membuat keputusan esok hari" dan "menangguhkan", yang berarti "menahan hingga hari berikutnya" (Ghufroon & Risnawati, 2010). Prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai menahan diri dari melakukan sesuatu atau tidak menyelesaikannya, menurut Solomon (Zusya & Akmal, 2016). Orang yang tidak menunda melakukan sesuatu dikenal sebagai procrastinator. "Prokrastinasi akademik" adalah gejala yang menghalangi lebih banyak orang untuk bersekolah di luar negeri.

Prokrastinasi akademik siswa, juga dikenal sebagai pelaku prokrastinasi, memiliki komponen irasional yang dirasakan oleh klien atau konseli. Seseorang yang sering menunda-nunda, atau prokrastinasi akademik, percaya bahwa tugas-tugas tertentu harus diselesaikan segera ketika ada waktu luang dan harus diselesaikan segera. Tapi ketika ada tugas lain yang membutuhkan waktu penuh, orang merasa nyaman untuk menundanya karena tidak akan mendapatkan hasil yang sempurna. Penundaan baru disebut prokrastinasi jika terjadi berulang kali atau menjadi kebiasaan saat melakukan tugas. Penundaan ini didasarkan pada keyakinan yang tidak dapat dibenarkan.

Karena tuntutan yang mendesak yang harus mereka penuhi dan ketakutan terhadap kesalahan kecil yang mungkin menyebabkan teguran dan kegagalan, siswa mengalami penundaan akademik. Candra (2014) menunjukkan beberapa alasan muncul dan berkembang untuk keterlambatan akademik. Ini dapat dimulai dalam keluarga dan diperkuat oleh sekolah dan masyarakat dan sekitar.

METODOLOGI

Metode eksperimen kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Peneliti ingin membandingkan perilaku prokrastinasi akademik siswa yang menerima bimbingan konseling islam dengan siswa yang tidak menerimanya. Oleh karena itu, mereka memilih desain quasi eksperimental untuk penelitian ini. Sugiyono (2014) menyatakan bahwa penelitian eksperimen dilakukan untuk mengetahui bagaimana perlakuan tertentu berdampak pada sesuatu dalam kondisi yang dikendalikan.

Dalam pencarian keberadaan populasi, istilah absolut dimasukkan ke dalam asal data untuk menghindari konflik pencarian. Populasi yang direplikasi adalah kategori umum yang mencakup: sesuatu yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan menghasilkan kesimpulan. Semua siswa di kelas delapan tahun ajaran 2021–2022 mengikuti survei ini. Siswa diwawancarai oleh guru kelas, guru mata pelajaran, dan guru pengawas. Selain itu, survei awal dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui siswa yang terlambat belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 95 siswa terlambat ke sekolah, tidak menyelesaikan pekerjaan rumah, dan memulai atau mengakhiri kegiatan yang tidak bermanfaat. Karena itu, mereka menghadapi kesulitan untuk menyelesaikan tugas sekolah mereka.

Alat pengumpulan data seperti Skala Prokrastinasi Akademik dan Observasi digunakan dalam penelitian, yang sangat penting untuk keberhasilan penelitian.

Analisis data naratif dan inferensial digunakan untuk menguji hipotesis keberhasilan penelitian; fokus analisis adalah data angket penelitian yang saling berkaitan tentang perilaku prokrastinasi akademik siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengisian skala prokrastinasi akademik sebelum penelitian memberikan gambaran tentang prokrastinasi akademik siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Hasilnya akan dibahas berikut:

Ketika siswa memiliki lebih banyak waktu, mereka menghabiskan untuk bersenang-senang daripada menyelesaikan pekerjaan rumah. Ini terlihat dari cara orang berfoto, bermain game online, dan jalan-jalan dengan teman mereka. Ini pada akhirnya menyebabkan tugas diabaikan atau dieksekusi dengan buruk, yang pada gilirannya menghasilkan hasil yang tidak memuaskan.

"Prokrastinasi akademik" adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kebiasaan menunda-nunda tugas yang harus diselesaikan di institusi pendidikan atau universitas. Meskipun mereka menyadari bahwa mereka harus menyelesaikan pekerjaan rumah, ada banyak faktor yang mendorong mereka untuk melakukan hal-hal yang tidak seharusnya mereka lakukan sebagai pelajar. Seorang procrastinator mengatakan bahwa banyak tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga orang merasa nyaman untuk menundanya, karena jika mengerjakannya segera, hasilnya tidak akan sempurna. Jika penundaan berulang kali terjadi, itu dianggap sebagai prokrastinasi dan tidak disayangkan karena dapat mempengaruhi nilai sekolah. Siswa hanya senang jika ada penundaan, tetapi pada akhirnya akan menjadi kebiasaan yang tetap yang harus diikuti selama bertahun-tahun kemudian.

Dampak internal dari perilaku prokrastinasi akademik termasuk mengalami penyesalan dan perasaan bersalah karena tidak menyelesaikan tugas dengan cepat dan tepat. Misalnya, ketika siswa merasa tugasnya sulit dan khawatir mereka akan gagal, pola pikir ini mendorong mereka untuk menghindarinya. Selain itu, penundaan ini memiliki konsekuensi yang signifikan karena siswa akan diberi teguran oleh guru karena gagal menyelesaikan tugas dengan cepat. Siswa menunjukkan keterlambatan akademik mereka pada waktu pretest. Sebuah studi AS tentang prokrastinasi menemukan bahwa 95 persen siswa menunda memulai atau

menyelesaikan tugas, dan 70 persen lebih sering melakukannya.

Beberapa variabel memengaruhi hasil survei ini, menurut analisis data yang dilakukan peneliti. Faktor pertama adalah para saka tidak menyadari betapa pentingnya menjaga kepatuhan saka selama perawatan. Baik anggota kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol di luar dapat berkomunikasi dan berinteraksi satu sama lain untuk berbagi informasi dan pengalaman selama pengobatan. Faktor kedua adalah kesalahan yang dilakukan responden pada kelompok kontrol, yang mengajarkan mereka untuk mengontrol diri selama pengobatan dan menilai hasil setelah pengobatan. Hasil pengujian hipotesis, menurut statistik deskriptif, menunjukkan bahwa tingkat pengabaian akademik siswa dalam kelompok eksperimen menurun secara signifikan. Kelompok kontrol tidak memiliki perbedaan yang signifikan dalam hasil ini.

Setelah melakukan pemeriksaan awal terhadap prokrastinasi akademik siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 33 Makassar, peneliti memutuskan untuk menggunakan pengobatan atau metode yang dianggap dapat mengatasi masalah tersebut.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2010), penerapan bimbingan konseling Islam ini akan dikaitkan dengan penerapan ajaran Islam bahwa kita dilarang menahan diri dari suatu aktivitas karena kita tidak tahu aktivitas itu akan diartikan sebagai cara untuk mengendalikan tingkah laku yang akan datang. Pengendalian ini memungkinkan untuk mempertimbangkan efek yang timbul dari tingkah laku tersebut sebelum menetapkannya. Bimbingan konseling Islam semakin banyak digunakan, semakin kuat pengendalian tingkah laku. Metode ini mengarahkan konsekuensi berdasarkan perilaku individu. Seseorang yang berada di bawah tekanan dapat mempertahankan fokus, mengontrol perasaan mereka, dan berpikir logis.

Bimbingan Konseling Islam dianggap memiliki kemampuan untuk mengurangi kecenderungan siswa untuk

melewatkan pelajaran. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa ketika peserta didik diberitahu atau dinasihati tentang ajaran Islam yang ada pada mereka sendiri, metode ini akan secara pribadi menyentuh hati mereka. Poly tidak sabar karena siswa seperti itu akan mementingkan hal-hal yang lebih menyenangkan baginya.

Proses perlakuan dilakukan empat kali, atau empat pertemuan, dan peneliti melakukan tahap pertama pengawasan diri. Pada tahap ini, konseli berbicara tentang jenis prokrastinasi akademik mereka dan faktor-faktor yang menyebabkannya. Setelah masing-masing konseli mengungkapkan jenis prokrastinasi mereka dan faktor-faktor yang menyebabkannya, konselor memeriksa kelemahan dan kelebihan masing-masing konseli. Peneliti menemukan bahwa

Peneliti kemudian menunjukkan tugas yang membahas kelemahan dan kelebihan konseli serta metode untuk mengisikannya. Konseli diminta untuk menyelesaikan tugas yang mencakup kelemahan dan keuntungan yang telah dibahas sebelumnya. Hasil umum menunjukkan bahwa menunda pekerjaan guru merupakan masalah. Prokrastinasi akademik siswa homogen-homogen termasuk menahan tugas dari guru, menahan PR, mengumpulkan tugas terlambat, dan lebih menentukan bermain menurut belajar terkait menggunakan kelebihan responden penelitian. Siswa ini secara keseluruhan hampir memiliki kualifikasi akademik yang baik. Poly menghabiskan lebih banyak waktu bermain dengan teman-temannya. Kurangnya komitmen terhadap diri sendiri adalah alasan lain responden kurang mampu mengelola diri dan belajar. Selain itu, beberapa responden mengakui bahwa dia melihat perilaku.

Pada tahap kedua, pengukuhan diri, peneliti memulai penelitian mereka dengan berbicara dengan konselor dan konseli tentang bagaimana memberikan penghargaan dan hukuman kepada seorang konseli yang prestasinya menurun. Konseli

diberi hadiah jika mereka berhasil mempertahankan perilaku yang telah ditetapkan sesuai dengan rencana acara sebelumnya. Jika mereka melanggar perilaku tersebut, konseli diberi hukuman. Kelengkapan dimasukkan ke dalam kontrak setelah disetujui. Konsekuensi dari percakapan ini, yaitu karakteristik hadiah dan hukuman, biasanya dapat diterapkan dengan baik oleh konseli. Panel secara aktif memberikan pendapatnya selama proses berbagi dengan konselor. Selain itu, hasil menunjukkan bahwa siswa dapat menekan, menuntut, dan menuntut perilaku yang mereka sukai. Siswa dapat menghindari prokrastinasi akademik karena hal ini.

Tahap ketiga melibatkan peneliti menunjukkan rutinitas harian setiap konseli. Konselor meminta konseli untuk menulis jadwal yang hati-hati dengan mempertimbangkan beberapa observasi mereka untuk mengurangi prokrastinasi. Jadwal ini kemudian dipresentasikan di kelas, dan konseli lain memberikan tanggapan dan masukan. Peneliti mengutamakan aktivitas yang sulit (belajar atau menyelesaikan tugas) dibandingkan dengan aktivitas yang menyenangkan (menonton atau bermain game) sebagai bantuan gratis pada diri sendiri. Mereka juga memberikan tanggapan atau masukan tentang penentuan waktu dan urutan aplikasi yang baik. Ini jelas disesuaikan dengan aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh konseli. Rendezvous ini menunjukkan bahwa konseli memahami sepenuhnya fungsi stimulus kontrol: menjadi pengingat tentang hal-hal yang dapat membantu treatment berjalan dan mencapai tujuan akhir. Tambahan pula,

Tahap keempat dan terakhir dari proses penelitian adalah evaluasi. Tahap ini membutuhkan peneliti untuk memahami bagaimana penelitian berjalan. Aktivitas yang akan dilakukan dimaksudkan untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa. Kegiatan ini dilakukan melalui diskusi gerombolan terfokus untuk membicarakan perubahan prokrastinasi akademik siswa. Selain itu, peneliti memberi

siswa lembar kerja konseli (LKK) yang berisi informasi tentang prokrastinasi akademik siswa.

Setiap siswa berpartisipasi secara aktif dan memiliki kemampuan untuk menuliskan kelemahan dan kelebihan mereka dengan menggunakan prototipe prokrastinasi akademik mereka di lembar kerja pertama "mencatat kelemahan & kelebihan murid". Selain itu, konseli mencatat alasan mereka menjadi prokrastinasi.

Dengan menggunakan teknik self control ini untuk konseling perilaku, peneliti membantu guru pembimbing untuk melacak setiap siswa yang menerima bimbingan islam yang relevan. Setelah itu, mereka diminta untuk mencatat atau berbicara tentang hal-hal tertentu yang dilihat siswa selama penggunaan bimbingan konseling islam. Hasil analisis data dari observasi menunjukkan bahwa siswa diberikan teknik self-control untuk berpartisipasi secara aktif dalam aktivitas. Ini ditunjukkan dengan jelas oleh presentasi individu dari sepuluh responden dalam kelompok eksperimen yang mengikuti program bimbingan konseling islam. Reuni pertama, kedua, ketiga, dan keempat menunjukkan siswa lebih terlibat. Perilaku yang ditunjukkan siswa selama empat kali pertemuan menunjukkan bahwa mereka terlihat secara aktif.

Pada gerombolan kontrol yang tidak menerima perawatan, bimbingan konseling islami diberikan. Namun, dalam prosesnya, gerombolan kontrol diajak untuk berbicara tentang keterlambatan akademiknya pada awal pertemuan. Ada banyak jenis prokrastinasi akademik dan cara untuk membantu siswa menguranginya.

Kelompok Penelitian	Rata-rata (Mean)			t	Sig	Ket
	Pretest	Posttest	Gain Skor			
E	120,1	89,0	31,1	6,224	0,000	Diteri
K	120,4	111,4	9			

Nilai thitung = 6,224 dan nilai ttabel dengan df 10 adalah 2,134, berdasarkan hasil pengolahan data dengan SPSS 16,00 for Windows (uji t-test). Nilai Asymp Sig (2-Tailed) adalah 0.000, dengan taraf

signifikansi 0,05. Persamaan kriteria untuk hipotesis nihil menyatakan bahwa jika nilai sig lebih kecil dari nilai a, maka H_0 ditolak. Berdasarkan asumsi ini, persamaan yang dibuat adalah signifikansi (0,000) lebih besar dari a (0,05).

KESIMPULAN

Sekolah memiliki peran penting dalam menyiapkan siswa untuk kesuksesan di masa depan, yaitu menjadi manusia yang berkualitas di mana pola hidup dan pola pikir mereka berkembang sejalan dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Untuk mencapai tujuan ini, program pendidikan di sekolah termasuk bimbingan dan konseling secara kelembagaan.

Setiap siswa memerlukan bantuan dalam pemahaman masalah dan pemecahan masalah. Semua siswa memerlukan pemahaman tentang kekuatan mereka, rasa dihargai dan dicintai, dan keinginan untuk meningkatkan kemampuan mereka. Sebagai anggota staf sekolah, guru BK atau konselor bertanggung jawab untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan dan mengawasi perilaku siswa, termasuk masalah kedisiplinan dan prokrastinasi akademik. Siswa yang terlalu terburu-buru dapat merusak hasil yang mereka harapkan. Konselor memainkan peran penting dalam mengurangi prokrastinasi. Oleh karena itu, untuk memberikan bimbingan dan konseling yang efektif kepada siswa yang mengalami masalah tersebut, diperlukan seorang konselor yang berpengalaman dan profesional.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan penghargaan atas terlaksananya penelitian ini pihak penulis mengucapkan terima kasih kepada: 1) Kepala Sekolah SMP Negeri 33 Makassar dan guru staf yang ikut terlibat dalam pelaksanaan penelitian ini, 2) Guru Agama Islam di sekolah tersebut yang memberikan peluang untuk berkolaborasi dalam penelitian ini, 3) Siswa yang menjadi sampel penelitian ini semoga masalahnya sudah menjadi jalan keluar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar Sutoyo, Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik). Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Candra, U., Wibowo, ME., dan Setyowani, N. 2014. Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling* 3 (3) 2014.66-72.
- Ghufro dan Risnawati. 2010. Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- H.M.Arifin. 1979. Pokok-Pokok Bimbingan dan Penyuluhan Agama. Jakarta: Bulan Bintang, h..29.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaki. 2006. Konseling dan Psikoterapi Islam. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, h. 228-279.
- Nurhidayatullah D. 2019. Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Negeri 12 Makassar. *Jurnal Educandum* vol 5 No 1 2019.
- Risnawati. 2010. Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Shadily, Kamus Inggris Indonesia, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), h. 283
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2004. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tarmizi. Bimbingan Konseling Islami. Medan: Perdana Publishing, 2018.
- Ulum, MI. 2016. Strategi Self-Regulated Learning untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi* Desember 2016, Vol. 3 No. 2, 153-170.