

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang memiliki kebutuhan atau masalah yang dilakukan secara berkelompok dimana masing-masing siswa saling mengungkapkan permasalahan yang dialami dan saling memberikan pendapat dan masukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Konseling kelompok masuk dalam layanan responsif dimana anggotanya memiliki masalah yang harus segera diselesaikan (Barida et al., 2023). Hal ini dikarenakan jika tidak segera diatasi maka akan menghambat perkembangan siswa baik diranah akademik maupun nonakademik.

Konseling kelompok beranggotakan delapan hingga sepuluh siswa dimana guru BK atau konselor bertindak sebagai pemimpin kelompoknya (Diah et al., n.d.). Setiap anggota dalam konseling kelompok dapat mengutarakan masalah yang sedang dihadapi untuk kemudian anggota lainnya akan menanggapi atau memberikan saran mengenai masalah tersebut. Hal ini dikarenakan mungkin saja anggota lainnya pernah memiliki masalah yang sama sebelumnya dan dapat menanganinya dengan baik. Sehingga setiap anggota dapat berbagi pengalaman dan pendapat mengenai masing-masing masalah anggota kelompok yang diutarakan.

Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan Bapak Ma'ruf selaku Guru BK SMK Ma'arif NU 1 Rawalo pada 11 Juni 2024, diperoleh jika layanan konseling kelompok yang telah diselenggarakan di sekolah meliputi layanan konseling kelompok terapi bagi siswa yang mengalami depresi dan kecemasan, layanan konseling kelompok dukungan pada siswa yang menjadi korban *bullying* atau pelecehan, dan konseling kelompok mengenai

keterampilan hidup yang akan berguna bagi masa depan siswa (Maulina, 2024a). Sedangkan untuk permasalahan belajar siswa, layanan yang diberikan lebih kearah *preventif* berupa bimbingan kelompok dan bimbingan klasikal.

Layanan bimbingan yang diperlukan seputar pada manajemen waktu belajar yang baik bagi siswa. Namun tidak semua siswa memiliki manajemen waktu yang baik. Bagi siswa yang memiliki manajemen waktu yang buruk akan memiliki kesulitan lainnya dalam pembelajaran salah satunya berupa kesulitan membagi waktu dalam mengerjakan tugas. Maka dari itu siswa harus memiliki manajemen waktu yang baik agar semua kegiatan dapat dilakukan dengan baik (Jannah, 2014).

Hal ini kemudian akan mempengaruhi aktivitas dan kegiatan siswa, salah satunya dalam hal mengerjakan tugas. Terutama bagi siswa yang aktif dalam organisasi, dimana mereka harus membagi waktu antara mengerjakan tugas, belajar dan kegiatan organisasi. Cara siswa dalam mengerjakan tugas tentu berbeda dimana terdapat siswa yang langsung mengerjakan saat tugas diberikan dan ada pula yang menunda dalam batas waktu tertentu (Zakiah, 2021). Tidak sedikit siswa yang lebih memilih menunda-nunda mengerjakan tugas dengan alasan *deadline* yang masih lama.

Kegiatan menunda mengerjakan tugas ini dalam dunia psikologi disebut juga dengan istilah prokastinasi. Hasil observasi yang dilakukan pada bulan Januari-Juni 2024 yang dilakukan dalam empat tahap menunjukkan jika pelaku prokastinasi cenderung menunda mengerjakan tugas dengan berfokus pada kegiatan organisasi, bermain *handphone*, bermain *game*, dan faktor lain dari dalam diri siswa yaitu motivasi belajar siswa yang rendah (Maulina, 2024c). Setelah melakukan prokastinasi, siswa akan merasa tertekan, *stress*, tidak tenang, merasa bersalah, dan mengalami kecemasan yang mulai

menganggu. Namun begitu ada tugas selanjutnya, mereka akan kembali melakukan penundaan tersebut dan lebih memprioritaskan kegiatan organisasi maupun kegiatan lainnya yang memang lebih menarik perhatian mereka dan mengabaikan tugas yang seharusnya diselesaikan.

Sejalan dengan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa masih tingginya tingkat prokastinasi akademik pada siswa di sekolah. Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Ramdhani, dkk (Ramdhani et al., 2020), yang mendapatkan jika tingkat prokastinasi siswa menunjukkan skor 90,92 yang masuk dalam kategori tinggi dan memerlukan bantuan segera. Penelitian yang dilakukan Zakiah (Zakiah, 2021), mengemukakan adanya perilaku prokastinasi pada siswa di MTs Bustanul Faizin Besuki Situbondo dalam mengerjakan tugas matematika dengan alasan meliputi lupa, malas, dan menanggap masih memiliki waktu yang lama untuk mengerjakan tugas hingga melewati batas waktu tidak dikerjakan.

Ditemukan tingginya perilaku prokastinasi pada siswa dalam pembelajaran daring dan *blended learning* yang mencapai angka 80,896% yang menunjukkan siswa dengan ceroboh mengabaikan tugas yang diberikan oleh guru (Nisa et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Mujirohmawati dan Khoirunnisa (Mujirohmawati & Khoirunnisa, 2022) mengemukakan jika siswa cenderung menunda mengerjakan tugas hingga *deadline*, terburu-buru sehingga tugas tidak dikerjakan secara maksimal, dan pengumpulannya melebihi *deadline* yang telah ditentukan. Hal ini disebabkan karena mereka menghabiskan waktu untuk bermain *game*, kumpul di *café*, jalan-jalan, dan berselancar di media sosial.

Sebagian siswa MAN Wajo menunda mengerjakan tugas hingga mendekati *deadline* hingga banyak tugas yang tidak terselesaikan (Wardani, 2021). Hal yang

melatarbelakangi fenomena ini adalah siswa yang memilih menghabiskan banyak waktu dengan hal-hal yang kurang bermanfaat seperti bermain *handphone* dan berkumpul dengan teman. Hal lainnya yang menjadi alasan perilaku prokastinasi adalah siswa yang cenderung meremehkan tugas yang diberikan guru, mengandalkan orang lain untuk mengerjakan tugas, manajemen waktu yang buruk, sulit berkonsentrasi, kurangnya kesadaran dalam tanggungjawab, takut dan cemas akan kegagalan dan tidak yakin pada kemampuan yang dimiliki (Wardani, 2021).

Hasil wawancara dengan beberapa siswa yang aktif berorganisasi (Asih, Noni, Selma, Safira, dan Trisyana) pada 06 Maret 2024, mereka akan mengerjakan tugas ketika sudah mendekati *deadline* atau bahkan melebihi *deadline*. Hal ini dikarenakan berbagai macam hal seperti menunggu *mood*, bermain, tidak paham dengan materi, dan lebih memilih sibuk dalam kegiatan organisasi dan pada akhirnya telat atau bahkan tidak mengerjakan tugas (Maulina, 2024c). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jannah (Jannah, 2014), dimana terdapat korelasi positif antara prokastinasi akademik dengan keaktifan organisasi. Hal ini berarti semakin aktif siswa dalam kegiatan organisasi maka akan semakin tinggi juga prokastinasi yang dimiliki. Siswa yang aktif dalam organisasi menganggap kegiatan organisasi lebih menarik daripada mengerjakan tugas dari guru.

Sejalan dengan penelitian Haryanti dan Santoso (Haryanti, 2020), mengungkapkan jika dari 127 mahasiswa yang mengikuti organisasi cenderung melakukan prokastinasi akademik dengan rincian 74% masuk dalam kategori sedang, 13,4% masuk kedalam kategori tinggi dan 12,6% masuk dalam kategori rendah. Keaktifan berorganisasi berpengaruh positif terhadap prokastinasi akademik siswa dimana hasil uji T menunjukkan

angka 3,662 yang berarti semakin aktif siswa dalam organisasi maka semakin tinggi perilaku prokastinasi akademiknya (Sindhi Margareta & Wahyudin, 2019)

Mahasiswa yang aktif berorganisasi cenderung kesulitan dalam membagi waktu hingga dapat memicu perilaku prokastinasi akademik (Rachmah et al., 2015). Sejalan dengan penelitian Waruwu dan Lubis yang menjelaskan jika semakin rendah keaktifan berorganisasi siswa maka semakin rendah pula prokastinasi akademiknya, sebaliknya semakin tinggi keaktifan organisasi siswa maka semakin tinggi pula tingkat prokastinasinya (Waruwu et al., 2023). Sejalan dengan penelitian Anabillah, dkk yang menjelaskan jika beberapa faktor yang mempengaruhi prokastinasi akademik meliputi padatnya aktivitas diluar kuliah seperti bekerja, berorganisasi, nongkrong dan bermain sosial media (Anabillah et al., 2022).

Hasil wawancara dengan Bapak Ma'ruf selaku guru BK menunjukkan jika siswa cenderung melakukan prokastinasi akademik dikarenakan motivasi belajar siswa yang rendah dan siswa menganggap mengerjakan tugas itu tidak menyenangkan, terutama tugas yang konvensional seperti menulis dan merangkum, namun jika tugasnya berupa membuat *power point* siswa akan lebih tertarik. Hal lain yang melatarbelakangi prokastinasi adalah siswa lebih kegiatan lain diluar sekolah baik dalam organisasi maupun diluar organisasi. Seperti halnya mengikuti kegiatan sholawat dimanapun sampai larut malam dan bahkan tidak pulang berhari-hari hingga mereka tidak mengerjakan tugas dan bahkan membolos sekolah (Maulina, 2024).

Hasil wawancara dengan guru mapel (Ibu Anggi dan Ibu Bunga) mengatakan jika siswa cenderung tidak langsung mengerjakan tugas pada saat tugas diberikan, namun mereka menunda hingga batas waktu yang telah ditentukan hingga akhirnya hasil

pengerjaan tugas tidak maksimal. Latar belakang perilaku prokastinasi pun berbeda-beda. Terdapat siswa yang menunda mengerjakan tugas karena belum memahami instruksi dari tugas yang diberikan namun tidak bertanya pada guru yang bersangkutan, menganggap waktu yang diberikan masih banyak sehingga mereka lebih memilih mengerjakan hal lain, kurang memahami materi yang diberikan, menganggap mengerjakan tugas tidak menyenangkan, dan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan seperti kegiatan organisasi, bermain *handphone* dan *game*, bermain, dan *video call* dengan pacar (Maulina, 2024b)

Prokastinasi merupakan perilaku tidak baik maupun negatif yang diantaranya meliputi lalai dalam mengerjakan tugas dan kurang tepat waktu dalam masuk jam sekolah (Ramdhani et al., 2020). Prokastinasi dibagi menjadi dua yaitu prokastinasi akademik dan nonakademik (Fadul, 2019). Prokastinasi akademik didefinisikan sebagai perilaku menunda-nunda secara sengaja dalam menyelesaikan tugas sekolah. Sedangkan prokastinasi nonakademik merupakan perilaku menunda-nunda pekerjaan diluar akademik yang dilakukan dengan sengaja.

Prokastinasi akademik merupakan kecenderungan perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dimana tugas tersebut berhubungan dengan bidang akademik (Imanuela et al., 2023). (Ursia et al., 2019) menjelaskan jika penundaan yang tergolong prokastinasi yaitu apabila penundaan tersebut dilakukan secara berulang-ulang dan disengaja sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman dalam mengerjakan tugas. Salah satu dampak penundaan yaitu akan menyebabkan siswa kehilangan peluang dan kesempatan (Nurwalidah, 2020). Seorang prokastinator yang cenderung menunda mengerjakan tugasnya akan memicu *dyfunctional procrastination*

(penundaan negatif) yang kemudian dapat menyebabkan pelaku mendapatkan perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah pada dirinya sendiri (Imanuela et al., 2023). Dampak lain yang ditimbulkan jika perilaku prokastinasi tidak segera diatasi adalah besarnya peluang kegagalan dalam setiap pekerjaan yang dilakukan siswa seperti menunda mengerjakan tugas dan tidak adanya rasa tanggung jawab pada tugas yang diberikan oleh guru (Imanuela et al., 2023).

Faktor-faktor perilaku negatif yang menimbulkan prokastinasi meliputi kecemasan, depresi, lingkungan yang kurang kondusif, toleransi yang rendah pada akhirnya memicu *stress*, manajemen waktu yang buruk, tidak dapat memahami tugas dengan baik, sensitif pada orang disekitar, dan sulit menolak permintaan orang lain (Makhnudin, 2019). Prokastinasi akademik dapat didentifikasi melalui permasalahan yang memicu kepercayaan irasional siswa (Fadul, 2019). Hal ini ditunjukan dari kekeliruan siswa memahami materi yang disampaikan oleh guru hingga muncul kecemasan, sulit untuk memahami, dan takut gagal.

Terdapat faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi prokastinasi akademik (Fauziah, 2015). Faktor internal yang mempengaruhi prokastinasi akademik adalah faktor fisik, dimana siswa merasa lelah, mengantuk dan capek dikarenakan aktivitas dalam sekolah maupun luar sekolah sehingga daripada mengerjakan tugas, siswa akan lebih memilih untuk beristirahat. Faktor internal kedua adalah faktor psikis, diantaranya adalah siswa tidak memahami tugas dikarenakan instruksi yang kurang jelas, tidak menguasai materi yang disampaikan, rasa malas yang timbul karena kurangnya motivasi, manajemen waktu yang buruk, menghindari beberapa mata pelajaran yang kurang diminati, dan saat dimana siswa belum *mood* untuk mengerjakan tugas.

Faktor eksternal yang mempengaruhi prokastinasi akademik diantaranya adalah lingkungan dimana siswa sering merasa kesulitan karena tugas yang diberikan melebihi kemampuannya, fasilitas untuk mengerjakan tugas tidak mendukung, kurangnya referensi bacaan, *deadline* yang masih lama sehingga siswa menyepelekan untuk mengerjakannya, bergantung pada teman, kesibukan diluar sekolah seperti mengikuti organisasi dan kegiatan lainnya, penumpukan tugas dimana siswa akan mengerjakan tugas ketika sudah banyak (Fauziah, 2015). Faktor lain yang mempengaruhi perilaku prokastinasi siswa adalah sifat guru seperti guru yang *killer* yang menciptakan suasana tegang, mendominasi dan memberikan nilai yang buruk pada siswa; lalu ada guru baik yang mudah memerikan apresiasi berupa nilai walaupun jarang masuk kelas, terbuka, dan memahami siswa (Fauziah, 2015).

Prokastinasi merupakan kegiatan menunda pekerjaan dengan cara melakukan kegiatan/pekerjaan lain dimana kegiatan/pekerjaan tidak ada hubungannya dengan pekerjaan atau tugas yang seharusnya diselesaikan pada saat itu, hal ini dapat menimbulkan beberapa masalah psikologi seperti *stress*, tertekan dan depresi (Saraswati, 2017). Beliau juga mengatakan jika penyebab perilaku prokastinasi diantaranya adalah bermain *game*, bermain *handphone*, mengerjakan tugas organisasi, dan melakukan kegiatan lainnya diluar kegiatan akademik. Hal ini didukung dengan hasil dari observasi yang dilakukan peneliti dimana beberapa pelaku prokastinasi akademik adalah siswa yang sibuk dengan kegiatan organisasi.

Selain itu Saraswati (Saraswati, 2017) juga menjelaskan jika faktor-faktor yang mempengaruhi prokastinasi akademik meliputi *self-kontrol*, *self-esteem*, *self-efficacy*, *self-awareness*, motivasi akademik, kecemasan dan dukungan sosial, *rasional believe*, dan gaya

penyelesaian masalah yang berfokus pada masalah tersebut. Usop dan Astuti (Usop & Astuti, 2022) mengungkapkan faktor internal yang mempengaruhi prokastinasi akademik meliputi *Self-regulated learning* dan motivasi belajar, sedangkan faktor eksternalnya berupa intensitas penggunaan media sosial. Beberapa faktor penyebab tersebut dapat direduksi menggunakan teknik *Self-regulated learning* melalui konseling kelompok dalam bimbingan konseling (Nisa et al., 2022). *Self-regulated learning* adalah kegiatan dimana siswa akan belajar aktif untuk mengatur proses belajarnya sendiri dimulai dari merencanakan program belajar, memantau proses dan hasil belajarnya, mengontrol untuk melakukan kegiatan diluar kegiatan belajar dan melakukan evaluasi diri secara sistematis untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditentukan dengan menggunakan berbagai strategi seperti kognitif, motivasional dan behavioral (Meutia, 2018).

Pamungkas (Pamungkas, 2020), menjelaskan jika *self-regulated learning* berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki siswa dalam mengatur, mengontrol dan mengawasi diri mereka sendiri dalam hal metakognisi, motivasi dan perilaku. *Self-regulated learning* dinilai dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menyusun tujuan belajar, strategi agar belajar tidak terasa berat, mengendalikan perilaku agar tidak mudah tergoda melakukan kegiatan lain, dan mengevaluasi peningkatan diri (Winiari et al., 2019). *Self-regulated learning* merupakan kemampuan siswa untuk memperhatikan dirinya sendiri dalam proses belajar yang mengikuti sertakan afeksi, kognisi dan perilaku siswa untuk mencapai tujuan belajar (Hamonangan & Widyarto, 2019).

Self-regulated learning merupakan serangkaian kemampuan individu untuk mengatur kegiatan belajar yang meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran baik dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor (Situmorang et

al., 2019). *Self-regulated learning* merupakan siswa yang berkemampuan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan secara mandiri (Fitriyah & Puspasari, 2021). *Self-regulated learning* merupakan individu yang memiliki kompetensi untuk memeriksa proses perilaku, motivasi, dan kognitif mereka hingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Fitriyah & Puspasari, 2021).

Hasil penelitian Kirana, dkk (Kirana et al., 2016), menjabarkan jika pelatihan *self-regulated learning* dinilai efektif dalam mereduksi tingkat prokastinasi siswa secara signifikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saraswati (Saraswati, 2017) yang menunjukkan jika teknik ini efektif untuk mereduksi prokastinasi pada mahasiswa. Strategi *self-regulated learning* dengan memberikan perlakuan yang berbeda pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dinilai mampu menurunkan tingkat prokastinasi siswa (Ulum, 2016). Didukung dengan penelitian oleh Mufidah (Mufidah, 2019) menyatakan pengaruh yang signifikan antara prokastinasi terhadap teknik *self-regulated learning* sebesar 5% pada hasil *pre-test* dan *post-test*. Serta penelitian yang dilakukan oleh Nisa, dkk (Nisa et al., 2022) yang menunjukkan adanya penurunan tingkat prokastinasi yang signifikan pada setiap siklus yang dapat dilihat dari semakin giatnya dalam mengerjakan tugas dan pengumpulan tugas tepat waktu pada tugas yang diberikan oleh guru.

Penelitian ini dilakukan dengan berangkat dari rekomendasi penelitian terdahulu dan hasil wawancara dimana terdapat banyak siswa yang melakukan prokastinasi akademik dan belum adanya layanan yang tepat untuk mengatasi hal tersebut. Salah satu faktor penyebabnya adalah guru BK atau konselor sekolah ada dua namun laki-laki semuanya, sehingga permasalahan siswa tidak dapat ditangani secara maksimal. Hal ini

karena latarbelakang sekolah yang islami sehingga batasan antara perempuan dan laki-laki lebih ketat lagi.

Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu pada sampel dan populasi penelitian dimana objek penelitian ini yaitu siswa yang mengikuti organisasi di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo. Organisasi di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo ada dua yaitu PK IPNU IPPNU dan pramuka. Sehingga responden dan sampel dari penelitian ini akan diambil dari siswa-siswi pengurus dari kedua organisasi tersebut.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dicantumkan diatas maka dapat diambil kesimpulan mengenai beberapa masalah terkait dengan prokastinasi akademik yang ada di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo meliputi:

1. Belum adanya layanan konseling kelompok yang mengatasi masalah belajar siswa.
2. Masih banyaknya siswa yang kesulitan dalam manajemen waktu untuk belajar.
3. Motivasi belajar siswa masih rendah.
4. Rendahnya rasa tanggungjawab siswa terhadap kewajiban untuk belajar.
5. Siswa lebih memilih kegiatan yang lebih menarik dan menyenangkan dibandingkan dengan mengerjakan tugas akademik.
6. Belum adanya layanan yang tepat untuk mereduksi perilaku prokastinasi akademik pada siswa.

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah digunakan untuk mendapatkan hasil penelitian yang baik, fokus, dan tidak keluar dari ranah penelitian. Maka dari itu diperlukan pembatasan masalah sebagai pedoman batasan kajian dan penelitian yang dilakukan. Berdasarkan dengan definisi masalah yang telah diutarakan, maka penulis membatasi fokus penelitian ini pada

permasalahan mengenai efektivitas konseling kelompok teknik *self-regulated learning* untuk mereduksi prokastinasi akademik siswa yang mencakup poin 2, 4,5, dan 6 pada indentifikasi masalah. Penelitian ini juga terbatas pada sampel yang mencakup siswa yang mengikuti organisasi berupa PK IPNU IPPNU dan Pramuka di SMK Ma’arif NU 1 Rawalo.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan dengan judul penelitian diatas maka perumusan masalah penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat prokastinasi siswa yang mengikuti organisasi sebelum dilakukannya konseling kelompok teknik *Self-regulated learning* di SMK Ma’arif NU 1 Rawalo?
2. Bagaimana tingkat prokastinasi siswa yang mengikuti organisasi setelah dilakukannya konseling kelompok teknik *Self-regulated learning* di SMK Ma’arif NU 1 Rawalo?
3. Apakah teknik *Self-regulated learning* efektif dalam mereduksi prokastinasi siswa yang mengikuti organisasi di SMK Ma’arif NU 1 Rawalo?
4. Apakah terjadi penurunan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan konseling kelompok teknik *Self-Regulated Learning*?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat prokasinasi akademik siswa yang mengikuti organisasi sebelum mendapatkan layanan konseling kelompok teknik *self-regulated learning*.
2. Untuk mengetahui tingkat prokasinasi akademik siswa yang mengikuti organisasi sesudah mendapatkan layanan konseling kelompok teknik *self-regulated learning*.

3. Untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok teknik *self-regulated learning* dalam mereduksi prokastinasi akademik siswa yang mengikuti organisasi.
4. Untuk mengetahui ada atau tidaknya penurunan prokastinasi akademik pada kelompok kontrol yang tidak diberikan konseling kelompok teknik *self-regulated learning*.

F. Manfaat Penelitian

Secara umum manfaat penelitian yang dilakukan ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

1. Menambahkan informasi pengetahuan mengenai teknik *self-regulated learning*.
2. Memberikan sumbangan pengetahuan dalam bidang bimbingan konseling.
3. Sebagai bahan acuan untuk peneliti selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi konselor

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi konselor sekolah yaitu guru BK agar dapat memberikan layanan bimbingan konseling sesuai dengan permasalahan siswa. terutama dalam masalah prokastinasi akademik.

2. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman dan wawasan peneliti terutama mengenai teknik *self-regulated learning* dan permasalahan prokastinasi akademik disekolah. Sehingga ketika sudah waktunya nanti peneliti dapat menerapkan layanan yang sesuai dengan permasalahan yang ada terutama mengenai prokastinasi akademik.

3. Manfaat bagi pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan menambah wawasan pembaca terutama dalam bidang bimbingan konseling mengenai teknik dan permasalahan yang ada.

4. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi baik secara teoritis maupun data bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai teknik *self-regulated learning*, prokastinasi akademik, maupun keduanya.