

LAMPIRAN

Lampiran 1: Pedoman Observasi

PEDOMAN OBSERVASI

Nama observer : Nikmah Maulina

Waktu dan tempat observasi : Januari 2024 – Juni 2024

Observasi dilakukan di SMK Ma'arif NU 1

Rawalo dengan mengamati dan wawancara tidak terstruktur pada siswa, guru BK, dan guru mapel.

Penelitian yang dilakukan membutuhkan pedoman observasi yang bertujuan untuk mempermudah jalannya penelitian. Pedoman observasi mengenai “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self Reulated-Learning* Untuk Mereduksi Perilaku Prokastinasi Akademik Siswa”, adalah sebagai berikut:

1. Menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya perilaku prokastinasi akademik.
2. Mengamati siswa saat diberikan tugas oleh guru.
3. Mengamati proses pengerjaan tugas pada siswa.

Menganalisis layanan yang telah diberikan untuk menurunkan tingkat prokastinasi akademik pada siswa.

Lampiran 2: Hasil Observasi

HASIL OBSERVASI

Observasi awal penelitian dilakukan dalam 4 tahap yang dijabarkan sebagai berikut:

22 Januari 2024	Menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan prokastinasi akademik siswa
07 Februari 2024	Mengamati siswa saat diberikan tugas oleh guru
06 Maret 2024	Mengamati proses pengerjaan tugas pada siswa
10 Mei 2024	Menganalisis layanan yang telah diberikan untuk menurunkan prokastinasi akademik siswa

Observasi pertama pada 22 Januari 2024, diperoleh informasi melalui wawancara tidak terstruktur dengan Bapak Ma'ruf selaku Guru BK SMK Ma'arif NU 1 Rawalo jika kecenderungan siswa melakukan prokastinasi akademik dikarenakan menganggap tugas kurang menarik, terutama tugas konvensional berupa merangkum dan menulis. Namun jika tugas berhubungan dengan internet, membuat power point, makalah dan melibatkan teknologi digital maka siswa akan lebih tertarik dalam mengerjakannya. Hal ini merupakan dampak dari pandemic dimana pembelajaran daring 100% hingga kini masih dalam masa peralihan untuk pembelajaran offline kembali. Untuk siswa yang mengikuti organisasi sendiri ketika dia pintar maka dapat mengerjakan tugas yang diberikan, namun jika tidak maka akan lambat. Solusinya dicampur antara siswa yang pintar dan yang belum paham, sehingga mereka akan

saling membantu. Hal lain yang mendasari perilaku prokastinasi akademik siswa adalah motivasi belajar siswa yang rendah. Hal ini menyebabkan daya juang siswa dalam mengerjakan tugas menjadi rendah sehingga ketika mengalami hambatan sedikit maka mereka akan menyerah.

Faktor yang mendorong perilaku prokastinasi akademik menurut guru mapel (Ibu Bunga dan Ibu Anggi) meliputi kurang paham mengenai instruksi tugas, kegiatan organisasi yang padat dan lebih menarik, main *game*, membalas *chat*, bahkan *video call* dengan pacar . Siswa cenderung tidak langsung mengerjakan tugas tergantung pada waktu *deadline* dari tugas tersebut. Jika *deadline* tugas hari itu juga maka siswa akan menunda sampai waktu pengumpulan, dan jika *deadline* sampai hari berikutnya atau pertemuan selanjutnya maka kecenderungan prokastinasi akademik lebih besar lagi bahkan sampai tidak mengerjakan tugas. Upaya yang telah diberikan berupa teguran dan konsultasi secara langsung dimana ditanyakan alasan tidak mengerjakan tugas, kenapa memilih tidak mengerjakan tugas, hingga membayar denda ketika memang sudah tidak mengumpulkan berkali-kali.

Observasi kedua, 07 Februari 2024 ditemukan ketika diberikan tugas siswa tidak langsung merespon dengan mengerjakan. Namun sebagian besar siswa memilih melanjutkan mengobrol dengan teman, bermain *handphone*, rapat organisasi, dan membeli jajan warung sekolah. Hanya satu hingga dua siswa yang ketika diberi tugas langsung dikerjakan saat itu juga. Akan tetapi ketika diberikan tugas dan bapak/ibu guru menunggu diruangan tersebut maka lebih banyak siswa yang akan mengerjakan

tugas. Dari satu kelas hanya lima hingga tujuh anak yang masuk dalam kelompok pertemanan yang tidak langsung mengerjakan tugas. Meski begitu ketika materi atau instruksi tugas sulit untuk mereka pahami, maka siswa akan melakukan prokastinasi dengan menunda melanjutkan mengerjakan tugas. Mereka memilih bercanda dengan teman sebangku dan bermain *handphone*.

Observasi ketiga, 06 Maret 2024 ditemukan dalam proses pengerjaan tugas yang diberikan kecenderungan prokastinasi akademik masih ada dimana siswa berhenti mengerjakan tugas ketika dirasa sulit dan tidak memahami instruksi tugas. Siswa memilih untuk bertanya pada teman, jika temannya juga tidak tahu maka berlanjut pada obrolan diluar tugas, bercanda dengan teman dan bermain *handphone*. Perilaku prokastinasi ini selalu terjadi ketika tugas diberikan dan bapak/ibu guru tidak mengawasi di dalam kelas. Hal ini dikarenakan siswa bosan dan tidak mudeng dengan materi yang diberikan. Setelahnya reaksi yang ditunjukkan ketika *deadline* sudah tiba mereka akan merasa *stress*, khawatir, tertekan, merasa bersalah, dan cemas. Namun begitu ketika ada tugas lain mereka akan melakukan prokastinasi kembali saat menemukan hambatan.

Observasi keempat, 10 Mei 2024 diperoleh informasi jika layanan yang diberikan berfokus pada masalah bullying, narkoba, kesehatan mental, dan persiapan masa depan. Untuk menangani prokastinasi akademik belum ada layanan yang tepat hanya sebatas bimbingan berupa manajemen waktu belajar yang baik. Konseling kelompok sendiri yang dilakukan berfokus pada terapi pada siswa yang mengalami depresi,

gangguan kecemasan, korban bullying dna pelecehan, dan konseling karir untuk masa depan.

Peneliti



Nikmah Maulina

Guru BK/Konselor



Ma'ruf, S. Pd, M. Pd

Lampiran 3: Pedoman Wawancara

PEDOMAN WAWANCARA

Pedoman wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian dimana terdapat dua orang atau lebih yang melakukan tanya jawab untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian.

No	Rumusan masalah	Pertanyaan wawancara	Narasumber
1	Bagaimana tingkat prokastinasi siswa sebelum mendapatkan konseling kelompok teknik self regulated-learning di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo?	<ol style="list-style-type: none">1. Ketika mendapatkan tugas, apakah siswa langsung mengerjakannya atau menundanya?2. Tahukah Bapak/Ibu mengenai latar belakang perilaku prokastinasi pada siswa?3. Apa upaya yang sudah dilakukan untuk mengurangi perilaku prokastinasi siswa?	Guru BK dan Guru Mapel
2	Bagaimana tingkat prokastinasi siswa sebelum mendapatkan konseling kelompok teknik self regulated-learning di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo?	<ol style="list-style-type: none">1. Organisasi apa yang anda ikuti?2. Adakah kesulitan untuk membagi waktu antara akademik dan organisasi?3. Jika mendapat tugas dari bapak/ibu guru langsung dikerjakan atau tidak?4. Apa alasannya menunda	Siswa yang mengikuti organisasi

		mengerjakan tugas yang telah diberikan bapak/ibu guru?	
--	--	--	--

Lampiran 4: Hasil Wawancara

HASIL WAWANCARA

Wawancara 1 (Bapak Ma'ruf, Guru BK), 22 Januari 2024

Peneliti : Jadi karena judul penelitian saya itu efektivitas konsumsi kelompok, teknik *self-regulated learning*, untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada sesuai mengikuti organisasi di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo. Jadi di sini, setelah tadi mengkaji beberapa siswanya terkait prokrastinasi akademik, saya ingin menanyakan kepada Bapak tentang perilaku menunda-nunda. Ketika siswa itu diberikan tugas oleh Bapak atau ibu guru, biasanya mereka lebih sering mengerjakan langsung atau memang ditunda sampai batas *deadline* tertentu, Pak?

Guru BK : terimakasih, kalau masalah di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo relative sama. Jadi di beberapa siswa memang ada terkait dari beberapa kelompok dari aktif di organisasi tapi juga di aktif di mapelnya. Dan juga ada siswa yang merupakan ke-2 aktif yang di organisasi tapi sedikit mengabaikan mapelnya. Siswa yang aktif diorganisasi dan pintar lalu tidak malas si tepat waktu dalam mengerjakan tugas. Siswa yang malas masih dalam penanganan, namun dalam kerja kelompok ya lumayan terbantu dengan adanya siswa yang pintar di kelompok. Kalau yang cerdas bias langsung cepat mengerjakan tugas, tapi yang malas itu lambat

Peneliti : Mengenai siswa pada saat pengumpulan tugas itu banyak yang terlambat atau tidak mengumpulkan sama sekali itu pernah?

Guru BK : Ada yang pernah di berbaw internet, pengumpulan tugas itu cepat. Misalnya anak itu disuruh merangkum berkelompok, kalau ngga ada bukunya ya disediakan bukunya. Boleh sumbernya dari buku, ataupun dari bebeass. Dia disuruh membuat PPT itu sangat cepat mengerjakannya. Namun jika tugasnya menulis dibuku jadi terlambat sekali. Jadi kalau kami juga menerapkan belakangan ini, kadang ya tugasnya silang. Kalau hari ini menyusun PPT maka besok nulis di buku. Dengan di buku, yang dimaksud mereka dapat membaca dna menulis, jika hanya PPT belum tentu baca, biasanya hanya *copy paste* dari *google*. Ya itu jika media elektronik ceat tapi kalau manual cenderung lambat.

Peneliti : Terus mengenai hal yang melatar belakangnya jadi alasan siswa sehingga mereka itu menunda untuk mengerjakan tugas itu biasanya apa ya, Pak?

Guru BK : Mungkin eranya sekarang itu peralihan. Jadi peralihan pandemi itu. Karena mereka semuanya semua online, menggunakan *gadget* dan lainnya lalu sudah mulai normal lagi. Jadi mereka sudah terlibat dengan online, dengan HP. Jadi pada saat mereka di tugas, yang tugas HP ini sedikit lebih langka dibandingkan. Tapi secara alami betul itu, kalau di tugas itu, kalau merangkum di buku itu lama sekali. Kita akhirnya menugaskan tertulis dibatasi, karena sedikit yang mengerjakan karena yang lain lama sekali. Jika menggunakan internet bias *copy paste*. Masing-masing kelas juga kompetensinya berbeda, maka harus memikirkan untuk kedepannya bagaimana menangani ini.. Sekarang kan isinya pasal, pasal 10, pasal 11, dan terusya itu. Boleh sih, boleh di dalam *copy-paste* ini. Jadi kalau dulu kan, terus ininya, ini dia sedikit,

kalau di hatinya, walaupun mereka punya potensinya yang lebih, mereka sama-sama harus layan ini. Tiba-tiba, guru harus punya potensi lebih yang menangani, yang selanjutnya harus layan semuanya. Bahkan yang inklusi, sekarang kan sudah masuk di sekolah formal ya. Sebelum dulu kan, kalau ada kekurangan, maksudnya SLB.

Peneliti : Biasanya ada bedanya nggak sih, antara siswa yang ikut organisasi atau yang tidak, pada saat mereka itu mengerjakan tugas?

Guru BK : Kalau di sini yang sangat mengerti sih, beda ini ya, beda antara yang ikut organisasi, cepat atau tidak, gitu ya. Kalau di sini, yang mengerti sih, kalau dia, kalau dia yang aktif, sedikit mungkin yang agak kurang enak, tapi diuruskannya, oke, tapi di pengesan tugasnya ini sedikit lebih nampak. Jadi kalau yang pinter-pinter ini, saya sering nggak terpengaruh di teman. Kalau diaktifis, ya dia lebih banyak tetap tetap. Ini, ya, kurang hati mungkin, kurangnya sedikit lebih lambat. Tapi dengan itu mereka ya, setiap kita tolong sama teman-teman yang menghubungkan sulit, misalkan dengan pertanyaan buat kita juga, kita juga bisa menjawabnya.

Peneliti : Sebelumnya sudah pernah dilakukan upaya dari guru atau dari siswa sendiri untuk mengatasi perilaku menunda itu sudah pernah dilakukan atau belum?

Guru BK : Kalau dari aslinya sudah pernah dilakukan, sedikit terlambat ya. Mereka beri waktu, waktu khusus. Misalkan ini, mungkin kompetensi harusnya memang ada kompetensi lima meskipun sudah masuk kompetensi lima, beri waktu khusus untuk bisa menyelesaikan, kita berikan kesempatan.

Peneliti : Nah itu biasanya setelah itu siswa itu berubah atau nanti diulangi lagi, Pak?

Guru BK : Maksudnya dikurangi...

Peneliti : Apa ya, kayak langsung setelah itu bisa menyesuaikan. Jadi rajin mengajarkan tugas, contohnya. Atau memang nanti ketika sudah terlewati, mereka tetap mengulang menunda untuk mengajarkan tugas?

Guru BK : Paling tidak, dengan penerapan itu, jadi mereka wajib menguasai kompetensi, kompetensi yang disampaikan oleh guru. Jadi mungkin ini ada lima kompetensi, katakanlah yang lain sudah sampai lima, ini berarti gimana, ya? Tidak tetap. Jadi mereka ada motivasi untuk berbeda, kalau kita biarkan tetap tertinggal. Tertinggal.

Peneliti : Mungkin itu saja, semoga nanti penelitian yang akan saya lakukan juga berdama positif kepada siswa mokopunus sekolah ini. Nanti mohon izin, kayak melakukan penelitian sama *treatmentya* disini, untuk mendukung aja juga, Bapak.

Peneliti : Amin ya, Bapak. Mungkin seperti itu saja, Bapak. Terima kasih.

Wawancara 2 (Bu Anggi, Guru TKJ), 22 Januari 2024

Peneliti : Iya Ibu, disini kan judul skripsi saya itu mengenai Efektifitas Konseling Kelompok Teknik *Self Regulated-Learning* untuk mengatasi prokastinasi akademik pada siswa yang memang aktif berorganisasi di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo. Dan menurut Ibu Ani sebagai guru mapel disini ketika siswa mendapatkan tugas apakah langsung dikerjakan atau mereka memang menunggu *deadline* terlebih dahulu.

Bu Anggi : Ya tergantung. Kalo misalnya dikasi waktu beberapa hari, mungkin anak tidak langsung mengerjakan di hari itu ya. Tapi kalau misalnya dikasih nanti jam 9 harus dikumpulkan, mungkin baru dikerjakan. Emang harus ada tekanan dalam waktu itu.

Peneliti : Nanti harus ada apa ya kaya *preassure* dulu baru nanti setelah mau mengerjakan itu. Ya kalau tidak ada apa ya kaya tantangannya? Mereka cenderung untuk menunda nunda melakukannya. Ya terus. Ibu tau nggak sih kaya latar belakangnya memang jadi alasan mereka itu menunda nunda mengerjakan tugas itu apa?

Bu Anggi : Apa iya? Pertama itu HP nya sih sampai jam dunia di utamakan. Daripada mengerjakan tugas balas chat dulu diutamakan daripada mengerjakan tugas. Itu sih yang sering saya alami dalam pembelajaran, contohnya yaitu bermain *game* dan balas chat atau bahkan ada video call yang dulu sama pacarnya katanya biar memberi semangat.

Peneliti : Upaya yang sudah dilakukan ya sama Ibu Anggi sendiri. Mungkin sudah diingatkan atau kah diberi himbauan atau diberi motivasi?

Bu Anggi: Paling enaknya dipanggil suruh maju menghadap saya satu persatu, awasi, ditanyain apa alasan kenapa kamu tidak mengerjakan tugas. Ketika dikasih waktu kenapa tidak memanfaatkan? Dengan sebaik baiknya ketika sudah deadline, ketika sudah waktunya untuk mengoreksi atau mengulang tugas. Kenapa tidak tugas itu?

Kenapa belum selesai? Paling tidak sih yang namanya saya di suruh maju dihadapkan dengan saya ditanyain alasannya seperti apa. Terus ditanyain juga mau mengulangi atau tidak. Kalau misalnya anak itu tidak mengerjakan tugas, paling ya saya suruh bayar denda. begitu

Peneliti : Selama ini saya kalau sudah datang itu masih ada yang tidak mengumpulkan atau memang mengumpulkan semua, tapi telat?

Bu Anggi : Ada yang belum mengumpulkan. Contohnya dan lain ketika istirahat dikumpulkan ya anak anak. Tapi setelah istirahat selesai, belum ada yang mengumpulkan sampai saya masuk ke kelas lagi, baru mengumpulkan sampai pulang baru ada yang kumpulkan. Begitu lah, sharing deh. Nah, tadi kan upayanya dipanggil satu satu, terus ditanyain alasan kenapa mereka selamat mengerjakan tugas ini. Setelah itu apakah ada perubahan atau memang masih seperti itu? Tapi perubahannya tidak terlalu terlihat ya. Karena ya seperti itulah. Memang mungkin sudah mengalami suka jadi siswa. Jadi ya tetap seperti itu. Perubahannya sedikit sedikit sedikit. Tidak langsungnya signifikan di. Sekitar kita sih.

Peneliti : Ya sudah. Terima kasih Ibu atas waktunya. Jadi saya memahami disini berarti tingkat prokrastinasi nya agak tinggi ya. Aneh sih, soalnya saya suka menunda mengerjakan tugas. Kalau untuk anak organisasi sendiri, item yang terakhir untuk anak organisasi sendiri. Biasanya mereka ada alasan kayak saya sibuk mengikuti organisasi. Jadi apa ya saya terlambat mengerjakan tugas atau tidak mengerjakan tugas? Ada alasan seperti itu atau tidak ?

Bu Anggi : Ada. Tapi kan tidak semuanya itu terealisasi ya. Jadi masih bisa dimaklumi lah. Mungkin hanya satu atau dua anak saja yang sepertinya masih jauh. Jadi, selama masih mau mengumpulkan, walaupun terlambat, enggak apa apa. Masih ada toleransinya. Ya masih ada toleransi. Sudah. Terima kasih.

Wawancara 3 (Bu Bunga, Pembina PK IPNU IPPNU dan Guru PKn), 22 Januari 2024

Peneliti : Ya, karena judul penelitian saya ini merupakan efektivitas konseling Kelompok Teknik *Self Regulated-Learning* untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa yang mengikuti organisasi di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo. Jadi di sini yang ingin saya tanyakan kepada Ibu Bunga mengenai ketika siswa itu dikasih tugas di sana, bapak atau ibu guru itu biasanya mereka langsung mengerjakan atau menunda hingga *deadline* pengerjaan tugas itu selesai?

Bu Bunga : Izin menjawab Ya. Jadi untuk siswa SMK Ma'arif NU 1 Rawalo sendiri itu, ketika mereka diberi tugas itu, hampir 80 persen itu tidak mengerjakan langsung. Bahkan mereka sampai *deadline* pun masih tetap ada yang belum mengerjakan. Jadi kayak H+ 3 atau 2 hari itu baru mereka mengumpulkan seperti itu.

Peneliti : Nah, itu apa ya latar belakangnya itu? Biasanya apa alasan mereka menunda mengerjakan tugas itu? Biasanya karena apa?

Bu Bunga : Yang pertama, terkadang mereka itu bingung terkait tentang tugas yang diberikan oleh bapak ibu guru. Tapi mereka enggak menanyakan kembali atau

meminta penjelasan ulang terkait tugas yang diberikan. Yang kedua untuk anak organisasi, mungkin karena terkendala dia itu aktif di organisasi, jadinya menghambat sedikit. Hanya menghambat sedikit tugas dari bapak ibu guru seperti sedikit.

Peneliti : Terus ada bedanya nggak sih bu antara anak anak yang ikut organisasi dengan yang tidak ikut organisasi dalam mengerjakan tugasnya? Apakah mereka bisa lebih cepat atau lebih tangguh atau gimana gitu?

Bu Bunga : Ya tentu saja ada bedanya yang mba terkait itu. Anak anak yang biasanya ikut organisasi itu, mereka itu untuk mengerjakan tugas itu lebih lambat dari yang nggak ikut organisasinya. Mereka juga tetap tetap mengumpulkan. Tapi hanya saja itu lebih ke apa namanya. Lebih tidak tepat waktu seperti itu karena memang mungkin terkendala oleh kegiatan kegiatan di organisasi.

Peneliti : Terus melanjutkan upaya yang telah dilakukan oleh bapak ibu guru nih. Selama ini saya ketika ada siswa yang terlambat mengerjakan tugas itu, apakah mereka yang ditegur atau diberi masukan, diberi nasehat atau cuma itu, pernah nggak selama ini diberikan upaya seperti itu?

Bu Bunga : Ya, untuk teguran atau pun nasehat sudah pernah kami lakukan. Tapi yang namanya anak jaman sekarang. Yang mendengar kuping kanan masuk kuping kanan, keluar kuping kiri sampai jadi hanya iya iya saja. Untuk apa eksekusinya, untuk apa namanya? Tentunya susah untuk di aplikasikannya gitu. Jadi mereka tetap ya seperti itu saja, gitu.

Peneliti : Ya itu saja. Terima kasih Bunga, mohon maaf menanggu waktunya.

Wawancara 4 (Siswa, Asih), 06 Maret 2024

Peneliti : Ia sebelumnya bisa memperkenalkan diri terlebih dahulu.

Asih : Nama saya Sugiasih Winarni, dipanggil asih

Peneliti : Asih ini kalau boleh saya tau aktif di organisasi apa saja, Pramuka sama itu yang penting di sekolah. Kalau di rumah ikut organisasi lain apa tidak?

Asih : Pramuka sama IPNU IPPNU sama juga itu sama saya.

Peneliti : Saya sih ini kan anak organisasi ya. Kesulitan untuk membagi waktu antara organisasi tuh mengerjakan tugas sama belajar juga sih.

Asih : Karena kita secara masih klasifikasi.

Peneliti : Trus kalo dapet juga sih dari bapak ibu guru. Langsung dikerjakan atau nantilah nunggu deadline.

Asih : Kadang nanti juga sih kalau mau. Buatnya jam aja ya baru baca ini kita diskusi.

Peneilti : Ya kalo apa ya menunda nunda kaya nanti. Apa sih kaya tadi? Menunda nunda mengerjakan tugas itu alasannya karena apa? Apa karna karena hanya nanti lah belum *mood* atau ada alasan lain?

Asih : Alasannya karena apa sih materi sekarang itu? Nah, belum aja bukunya atau disuruh nyari diinternet tapi ngga ada intrnetnya. Jadi repot gitu

Peneliti : Jika nanti belum memahami materinya ya. Kalo pernah nggak mengumpulkan tugas sampai terlambat.

Asih : Ya. Pernah.

Peneliti : Kalo tidak mengumpulkan tugas sama sekali. Nggak ada tugas tapi tidak mengumpulkan sama sekali sampai lupa.

Asih : Kayanya ga cuma pernah pas ngga berangkat sekolah dan dikasi tugas terus Asih ngga nanya jadi ga dapet nilai.

Peneliti : Itu ada apa ya? Pernah bentrok antara pelajaran sama organisasi?

Asih : Kayanya sih kalo bentrok mah engga, cuma ya itu ketinggalan pelajarannya banyak, apalgi kelas ini sering jamkos

Peneliti : Saat itu ketika pelajaran lagi pelajaran, trus ada rapat organisasi dengan sepertinya lebih memilih rapat di atas lah jadinya rapatnya dikit. Nah itu kenapa?

Asih : Rapatnya karena bosan

Peneliti : Apakah lebih menarik atau gimana?

Asih : Iya, karena tingkat kepuasan gurunya tuh ga bisa. Yang membuat kemarin itu senyum ketawa ketiwi sepanjang saya nyetel pegang hape terus tapi gak asik. Jangan dipecahkan sambil menekan. Akan terus begitu. Cuma kalo gurunya di Indonesai kasih mereka yang penting cemas. Ternyata nanti pas H-1 sambungan listrik pertanyaan terakhirnya.

Peneliti : Eh penanggap berupaya untuk ngerjain tugas lebih dulu lah sebelum itupun kita refining kinestetik atau sebelum memegang hati.

Asih : Ya pernah saat itu yang lagi pelajaran trus disuruh ngerjain tugas, ya udah dibawa sama nulis, sama rapatnya seperti itu. Jadinya ketinggalan dua-duanya gitu.

Wawancara 5 (Siswa, Noni), 06 Maret 2024

Peneliti : sebelumnya boleh perkenalkan nama terlebih dahulu

Noni : nama saya Noni Cahya Maharani

Peneliti : aktif di organisasi apa ini Noni?

Noni : Di organisasi pramuka

Peneliti : Kalau dirumah aktif organisasi juga?

Noni : iya, cuma IPNU IPPNU

Peneliti : disekolah juga ikut IPNU IPPNU?

Noni : iya jadi ikut keduanya

Peneliti : kalau mendapat tugas dari bapak ibu guru itu langsung dikerjakan atau tidak?

Noni : tergantung pelajarannya

Peneliti : kalau dikasih tugas lalu ditinggal, dicermati dulu kalo bisa ya dikerjakan kalau ngga bisa ya dimulurin.

Peneliti : pernah ngga sudah deadline tugas tugas tapi belum dikumpulkan?

Noni : pernah, karena belum yakin ada yang belum dikerjakan juga

Peneliti : belum dijawabnya karena malas atau belum mengetahui?

Noni : belum ketemu jawabannya karena belum paham materinya

Peneliti : pernah ngga ada tugas tapi tidak mengerjakan dan tidak dikumpulkan

Noni : engga, selalu dikerjakan walaupun ada yang telat

Peneliti : satu pertanyaan lagi, kamu kan aktif diorganisasi untuk membagi waktu antara belajar, mengerjakan tugas dan organisasi kesulitan ngga?

Noni : engga, tergantung izin dari guru. Kalau ada rapat dadakan dan diizinkan guru ya dikasih dispensasi untuk mengerjakan tugas, jadi ada kelonggaran untuk mengerjakan tugas.

Wawancara 6 (Siswa, Selma), 06 Maret 2024

Peneliti : boleh perkenalkan Namanya dulu?

Selma : perkenalkan nama saya Selma Priyati Ningsih

Peneliti : disekolah aktif organisasi?

Selma : aktif di IPNU IPPNU, tapi kalau dirumah tidak

Peneliti : kalau ada tugas dari bapak ibu guru langsung dikerjakan atau tidak

Selma : langsung dikerjakan.

Peneliti : pernah ngga telat mengumpulkan tugas?

Selma : pernah, karena main dulu

Peneliti : berarti lebih asik bermain daripada mengerjakan tugas ya. Kalau tidak mengumpulkan tugas sama sekali atau sampai lupa?

Selma : pernah karena asyik bermain dan tugasnya susah, belum memahami materinya

Peneliti : terakhir, kan aktif diorganisasi, susah ngga si membagi waktu antara belajar, mengerjakan tugas dan organisasi?

Selma : lumayan

Peneliti : kamu lebih mendahulukan yang mana?

Selma : organisasinya dulu karena lebih menarik

Wawancara 7 (Siswa, Safira), 06 Maret 2024

Peneliti : perkenalkan nama terlebih dahulu

Safira : perkenalkan nama saya Safira Dwi Andiyani

Peneliti : ikut organisasi IPNU IPPNU ya, kalau dirumah ikut organisasi juga?

Safira : iya, kalau dirumah dulu ikut sekarang engga

Peneliti : baik, Safira kalau diberikan tugas oleh bapak ibu guru itu langsung dikerjakan atau nunggu deadline?

Safira : nunggu nanti paling, nunggu mood

Peneliti : organisasi kadang waktunya tabrakan dengan pelajaran, kamu lebih memprioritaskan mana?

Safira : organisasinya dong

Peneliti : pernah ngga sudah deadline tugas tapi belum mengumpulkan?

Safira : pernah karena sering ada kegiatan organisasi jadi belum sempat mengerjakan tugas

Peneliti : kalau tidak mengumpulkan sama sekali pernah? Itu kenapa?

Safira : pernah, ya pernah aja

Peneliti : pengen berubah ngga kaya mengerjakan tugas dulu baru organisasi? Caranya bagaimana?

Safira : pengen si, pengen ngerjain tugas dulu baru organisasi

Peneliti : dapet teguran ngga dari bapak ibu guru ketika terlambat mengerjakan tugas?

Safira : pernah tapi tetap diulangi lagi

Wawancara 8 (Siswa, Trisyana)

Peneliti : baik sebelumnya perkenalkan nama terlebih dahulu

Trisyana : perkenalkan nama saya Trisyana Ayu Pertiwi, dipanggil Trisyana

Peneliti : aktif organisasi disekolah atau dirumah?

Trisyana : engga

Peneliti : baik kalau ada tugas dari bapak ibu guru langsung dikerjakan atau tidak?

Trisyana : engga, kalau besok ada pelajarannya baru, kalo disekolah ya HP an dulu

Peneliti : itu kenapa?

Trisyana : biar ngga pusing

Peneliti : bukannya akan lebih tenang

Trisyana : engga

Peneliti : pernah tidak mengerjakan tugas sama sekali?

Trisyana : pernah karena ngga berangkat dan tidak menanyakan pada teman

Peneliti : apa latar belakang tidak mengerjakan atau menunda mengerjakan tugas?

Trisyana : males, belum mudneg pelajarannya dan lebih menarik bermain HP

Peneliti : perasaanya gimana kalau belum mengerjakan tugas atau sudah deadline tapi belum selesai?

Trisyana : ya gugup dan paling nangis

Hasil wawancara dapat dilihat di link berikut ini:

[https://drive.google.com/drive/folders/1L90sN5EeVZyoW3c9tgR4pyTO7_pGCIBK?
usp=drive link](https://drive.google.com/drive/folders/1L90sN5EeVZyoW3c9tgR4pyTO7_pGCIBK?usp=drive_link)

Peneliti



Nikmah Maulina

Guru BK/Konselor



Ma'ruf, S. Pd, M. Pd

Lampiran 5: Kisi-Kisi Instrument Prokastinasi Akademik

Kisi-Kisi Instrument Prokastinasi Akademik

Konsep Dasar

Prokastinasi berasal dari Bahasa latin, “*pro*” yang artinya maju, dan “*crastinus*” yang artinya besok (Steel & König, 2006). Hal ini berarti orang yang melakukan prokastinasi lebih suka menunda mengerjakan tugasnya atau mengerjakan tugasnya besok dibandingkan dengan menyelesaikannya pada saat itu juga. Orang yang melakukan tindakan prokastinasi disebut dengan prokastinator. Ferrari, dkk (1995) menjelaskan bahwa sebagai salah satu perilaku penundaan, prokastinasi akademik dapat dimanifestasikan dalam indikator tertentu dengan ciri sebagai berikut:

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
2. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan
3. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
4. Kesenjangan waktu antara rencana kerja dan kinerja actual

Kisi-Kisi Instrument Prokastinasi Akademik

Varibel	Indikator	Sub Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Prokastinasi Akademik	Penundaan memulai atau mengerjakan tugas	Melakukan penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas akademik	5,6,7	1,2,3,4	7
		Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas sampai selesai	10,11,12	8,9	5
	Keterlambatan atau kelambanan dalam mengerjakan tugas	Membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas akademik	13,17,18	14,15,16	6
		Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas akademik	19,21	20,22	4

	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan dan keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan	25,26,27,28, 30,33,35	23,24,29,31,32 ,34,36	14
		Ketidaksesuaian antara rencana dengan target menyelesaikan tugas akademik	40,41,42	37,38,39	6
	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang bersifat menyenangkan	43,44, 45	46,47,48	6
Total			24	24	48

Lampiran 6: Butir Item Instrument Prokastinasi Akademik

Butir Item Instrument Prokastinasi Akademik

Variable	Indikator	Sub Indikator	Butir Item	Ket (+/-)
Prokastinasi Akademik	Penundaan memulai atau mengerjakan tugas	Melakukan penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas akademik	1. Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.	-
			2. Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.	-
			3. Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.	-
			4. Saya tetap mengerjakan tugas meskipun saya belum memahami materi yang diberikan guru.	-
			5. Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.	+
			6. Saya mengerjakan tugas ketika sudah menumpuk.	+
			7. Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila saya merasa lelah.	+
		Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas sampai selesai	8. Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas hingga selesai, meskipun terdapat beberapa soal yang menurut saya sulit.	-
			9. Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.	-
			10. Saya menunda menyelesaikan tugas karena sebelumnya saya sudah mengerjakan beberapa soal.	+
			11. Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada	+

			beberapa soal yang sulit menurut saya.	
			12. Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.	+
	Keterlambatan atau kelambanan dalam mengerjakan tugas	Membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas akademik	13. Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.	+
			14. Saya mampu mempersiapkan diri untuk belajar dalam waktu yang telah ditentukan.	-
			15. Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena menyenangkan.	-
			16. Saya merasa senang dengan tugas yang diberikan oleh guru.	-
			17. Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.	+
			18. Saya menunda mengerjakan tugas karena tidak menyenangkan.	+
		Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas akademik	19. Saya mengabaikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.	+
			20. Saya mengerjakan tugas dengan teratur.	-
			21. Saya mengerjakan tugas dengan tidak teratur.	+
			22. Saya sangat memperhatikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.	-
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan dan keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan	23. Saya mengumpulkan tugas tepat waktu.	-
			24. Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.	-

			25. Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.	+
			26. Saya tidak mengerjakan tugas tepat waktu.	+
			27. Saya mengalami kesulitan mengerjakan tugas ketika waktunya terbatas.	+
			28. Saya kesulitan dalam membagi jadwal belajar.	+
			29. Saya disiplin dalam membagi jadwal belajar.	-
			30. Saya tidak menepati waktu dalam mengerjakan tugas yang direncanakan.	+
			31. Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.	-
			32. Saya mengerjakan tugas sesuai target.	-
			33. Saya tidak memiliki jadwal harian.	+
			34. Saya belajar dengan waktu yang dijadwalkan.	-
			35. Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.	+
			36. Saya fokus dalam mengerjakan tugas.	-
		Ketidaksesuaian antara rencana dengan target menyelesaikan tugas akademik	37. Saya lebih mengutamakan belajar daripada bermain.	-
			38. Saya dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.	-
			39. Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.	-
			40. Saya menghabiskan waktu untuk bermain.	+

			41. Saya suka menyalin tulisan dari teman daripada menulisnya langsung saat pelajaran.	+
			42. Saya tidak dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.	+
	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang bersifat menyenangkan	43. Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.	+
			44. Saya suka mengganggu teman ketika belajar.	+
			45. Saya berbicara dengan teman ketika proses pembelajaran berlangsung.	+
			46. Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.	-
			47. Saya lebih memilih belajar dikamar daripada berkumpul dengan teman.	-
			48. Saya memiliki jadwal belajar harian.	-

Lampiran 7: Angket Uji Coba

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
2	Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.					
3	Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan.					
4	Saya mengabaikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.					
5	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.					
6	Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.					
7	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.					
8	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
9	Saya mencoba berbagai cara menyelesaikan tugas seperti menggunakan alternative atau cara mengerjakan lain hingga selesai, meskipun terdapat beberapa soal yang menurut saya sulit.					
10	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
11	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.					
12	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.					
13	Saya dapat mengerjakan tugas sesuai rencana disela kegiatan organisasi.					

14	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.					
15	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.					
16	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.					
17	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.					
18	Saya kesulitan dalam membagi jadwal mengerjakan tugas sesuai <i>deadline</i> .					
19	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.					
20	Saya mengganggu teman yang sedang mengerjakan tugas hingga kami tidak jadi mengerjakannya.					
21	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.					
22	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.					
23	Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
24	Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.					
25	Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.					
26	Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.					
27	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.					
28	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.					

29	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.					
30	Saya tidak mampu mengerjakan tugas disela kegiatan organisasi seperti yang telah direncanakan.					
31	Saya tetap mengerjakan tugas meskipun saya belum memahami materi yang diberikan guru.					
32	Saya mengerjakan tugas melewati <i>deadline</i> yang telah ditentukan.					
33	Saya mengerjakan tugas sesuai target.					
34	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.					
35	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.					
36	Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.					
37	Saya membuat jurnal pengerjaan tugas dan melaksanakannya.					
38	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.					

Lampiran 8: Angket Sahih dan Gugur

No Item	R-Hitung	R-Tabel	Status
1	0,674	0,279	VALID
2	0,517	0,279	VALID
3	0,608	0,279	VALID
4	0,25	0,279	TIDAK VALID
5	0,297	0,279	VALID
6	0,316	0,279	VALID
7	0,455	0,279	VALID
8	0,677	0,279	VALID
9	0,159	0,279	TIDAK VALID
10	0,281	0,279	VALID
11	0,716	0,279	VALID
12	0,364	0,279	VALID
13	0,386	0,279	VALID
14	0,634	0,279	VALID
15	0,359	0,279	VALID
16	0,405	0,279	VALID
17	0,388	0,279	VALID
18	0,517	0,279	VALID
19	0,719	0,279	VALID
20	0,509	0,279	VALID
21	0,573	0,279	VALID
22	0,627	0,279	VALID
23	0,503	0,279	VALID
24	0,392	0,279	VALID
25	0,64	0,279	VALID

26	0,666	0,279	VALID
27	0,613	0,279	VALID
28	0,291	0,279	VALID
29	0,492	0,279	VALID
30	0,497	0,279	VALID
31	0,012	0,279	TIDAK VALID
32	0,42	0,279	VALID
33	0,147	0,279	TIDAK VALID
34	0,69	0,279	VALID
35	0,624	0,279	VALID
36	0,628	0,279	VALID
37	0,317	0,279	VALID
38	0,444	0,279	VALID

Lampiran 9: Uji Reliabilitas Angket Valid

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded ^a	0	0,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,913	34

Lampiran 10: Angket Valid

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
2.	Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.					
3.	Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan.					
4.	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.					
5.	Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.					
6.	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.					
7.	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
8.	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
9.	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.					
10.	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.					
11.	Saya dapat mengerjakan tugas sesuai rencana disela kegiatan organisasi.					
12.	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.					
13.	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.					
14.	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.					
15.	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.					
16.	Saya kesulitan dalam membagi jadwal mengerjakan tugas sesuai <i>deadline</i> .					
17.	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.					

18.	Saya mengganggu teman yang sedang mengerjakan tugas hingga kami tidak jadi mengerjakannya.					
19.	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.					
20.	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.					
21.	Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
22.	Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.					
23.	Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.					
24.	Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.					
25.	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.					
26.	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.					
27.	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.					
28.	Saya tidak mampu mengerjakan tugas disela kegiatan organisasi seperti yang telah direncanakan.					
29.	Saya mengerjakan tugas melewati <i>deadline</i> yang telah ditentukan.					
30.	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.					
31.	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.					
32.	Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.					
33.	Saya membuat jurnal pengerjaan tugas dan melaksanakannya.					
34.	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.					

Lampiran 11: Prosedur Pelaksanaan Konseling Kelompok SRL

PANDUAN PERLAKUAN **KONSELING KELOMPOK *Self-Regulated Learning* (SRL)**

A. Gambaran Umum Program Dan Rencana Intervensi

Panduan perlakuan konseling kelompok *self-regulated learning* (SRL) merupakan panduan konseling kelompok yang disusun berdasarkan pendekatan *self-regulated learning* yang bertujuan untuk mereduksi perilaku prokastinasi akademik. Siswa yang mengikuti konseling kelompok dengan pendekatan *self-regulated learning* memiliki kecenderungan melakukan perilaku menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dimana perilaku ini dilakukan dengan sengaja dan berulang kali. Panduan ini disusun untuk membantu pemimpin kelompok dalam melakukan konseling sesi demi sesi konseling serta ini berisi gambaran pelaksanaan, prosedur penelitian dan worksheet untuk siswa. Dengan begitu, pemimpin kelompok selaku peneliti dapat melaksanakan tahapan konseling secara sistematis dan mencapai tujuan utama yakni mereduksi prokastinasi akademik.

B. Gambaran Pelaksanaan

1. Jumlah dan durasi pelaksanaan

Pemberian tindakan dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan. Pada sesi pertama rangkaian kegiatannya diantaranya yakni pembentukan kelompok, *pretest* dan pengenalan program. Untuk sesi kedua sampai lima merupakan proses intervensi dan diakhiri dengan *post-test*. Setiap sesi terdiri dari beberapa tahap kegiatan dengan durasi pelaksanaan intervensi selama 2 jam pelajaran (2X40 menit).

2. Subjek penelitian

Subjek penelitian dalam konseling kelompok dengan pendekatan *self-regulated learning* yakni para siswa SMK Ma'arif NU 1 Rawalo yang mengikuti organisasi Pramuka dan PK IPNU IPPNU dengan rentang usia 15 – 18 tahun. Kriteria inklusi subyek penelitian sebagai partisipan konseling kelompok yakni siswa memiliki skor prokastinasi akademik yang tinggi setelah dilakukan *asesmen* menggunakan angket prokastinasi akademik siswa.

3. Aturan dan panduan bagi subyek penelitian

Pada pra penelitian, peneliti akan membentuk kelompok untuk penjelasan gambaran kegiatan konseling. Berikut poin penting yang perlu dipahami siswa secara umum.

- a) Tahap Pertama : Peneliti memastikan jumlah anggota kelompok telah mengikuti pretest.
- b) Peneliti memberikan petunjuk teknis seperti langkah langkah mengikuti konseling dan durasi konseling kelompok.
- c) Peneliti membagikan *Inform Consent* dan surat perizinan dari orang tua untuk kegiatan konseling kelompok.
- d) Penentuan jadwal (hari/tanggal/pukul dan tempat) pelaksanaan konseling kelompok disepakati bersama.

C. Prosedur Penelitian

PROSEDUR KONSELING KELOMPOK *SELF-REGULATED LEARNING* (SRL)

Sesi Satu					
Tujuan Umum : Mereduksi prokastinasi akademik siswa					
Tujuan Khusus : 1. Membangun hubungan kolaboratif 2. Membuka pembicaraan konseling kelompok 3. Rumusan tugas antar sesi konseling					
Tahap	Komponen	Aktivitas	Capaian	Waktu	Keterangan
Awal	Pembentukan kelompok dan gambaran prosedur konseling	1. Perkenalan antara pemimpin dan anggota kelompok. 2. Memberikan gambaran pelaksanaan konseling kelompok secara umum. 3. Pemberian informasi tentang bentuk kelompok. Konselor dapat menyatakan: “Pendekatan yang akan digunakan yaitu pendekatan <i>self-regulated learning</i> ” 4. Menyampaikan azas-azas konseling kelompok dan membuat “aturan” yang disepakati bersama antara lain, tidak menyela pembicaraan anggota, monopoli pembicaraan, datang terlambat dan lain-lain.	1. Anggota kelompok saling mengenal satu dengan yang lain. 2. Mengetahui bentuk kelompok. 3. Mengetahui peran sebagai anggota kelompok	15 menit	Kegiatan dilaksanakan secara luring

		<ul style="list-style-type: none"> 5. Menyampaikan tujuan yang ingin dicapai dari pelaksanaan konseling kelompok yaitu membantu mereduksi perilaku prokastinasi akademik. 6. Memainkan permainan dan menciptakan keakraban dalam kelompok. 			
Transisi		<ul style="list-style-type: none"> 1. Membangun kolaborasi 2. Menciptakan kondisi kemitraan 3. Menciptakan suasana saling menghormati 4. Mengatasi penolakan dari anggota 5. Mengatasi pelanggaran dalam kelompok, misal : mengkritik dan memonopoli pembicaraan 	<ul style="list-style-type: none"> 1. Terciptanya kondisi yang kolaboratif. 2. Anggota kelompok memiliki kesiapan untuk melanjutkan ke tahap inti / kegiatan 	10 menit	
Tahap kegiatan	Mengatur suasana kelompok	<ul style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok menjalin hubungan kolaboratif 2. Pemimpin kelompok membangun kesadaran terkait kekuatan yang dimiliki dapat membantu menyelesaikan masalah melalui <i>problem free-talk</i> 3. Pemimpin kelompok mengajak merumuskan tujuan masa kini terkait prokastinasi akademik 	Anggota kelompok menggambarkan masalah mereka secara singkat	45 menit	

		4. Pemimpin kelompok menanyakan dan mengidentifikasi permasalahan prokastinasi akademik yang dialami 5. Anggota kelompok melakukan <i>self-evaluating</i> masing-masing 6. Meringkas ulang isi konseling			
Akhir	Evaluasi proses perubahan	1. Pemimpin kelompok meminta Anggota kelompok mengungkapkan refleksi selama proses berlangsung. 2. Pemimpin kelompok menanyakan perasaan Anggota kelompok setelah melakukan konseling. 3. Pemimpin kelompok mengemukakan kegiatan selanjutnya dan menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir. 4. Mengemukakan kesan, harapan, dan terima kasih kepada anggota kelompok	1. Anggota kelompok memberikan refleksi dan evaluasi dalam proses konseling yang telah berlangsung 2. Anggota kelompok memahami sesi selanjutnya 3. Pemimpin kelompok menutup kegiatan konseling dengan doa	10 menit	Konselor melakukan observasi kegiatan dengan mengisi angket, konseli mengisi angket menilai kepuasan layanan konseling kelompok.

Sesi Dua

Tujuan Umum : Mereduksi prokastinasi akademik siswa

Tujuan Khusus :

1. Merumuskan secara spesifik tujuan-tujuan terapeutik
2. Menggeser percakapan berfokus masalah
3. Mencari pengecualian

Tahap	Komponen	Aktivitas	Capaian	Waktu	Keterangan
Awal	Pembentukan kelompok dan gambaran prosedur konseling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pembukaan. 2. Membangun hubungan baik. 3. Pemimpin kelompok memberikan penghargaan atas ketersediaan Anggota kelompok serta partisipasi mereka untuk mengikuti konseling kelompok. 4. Membangun hubungan kolaboratif dalam kegiatan konseling kelompok. 5. Pemberian informasi peran dan aturan kelompok. 6. Pemimpin kelompok mengajak Anggota kelompok untuk terlibat dalam interaksi kelompok. 7. Memainkan permainan untuk menciptakan keakraban. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. . Anggota kelompok memiliki hubungan yang kolaboratif satu dengan yang lain. 2. Anggota kelompok terlibat aktif untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok 	15 menit	Kegiatan dilaksanakan secara luring

Transisi		<ol style="list-style-type: none"> 1. Membangun kolaborasi 2. Menciptakan kondisi kemitraan 3. Menciptakan suasana saling menghormati 4. Mengatasi penolakan dari anggota 5. Mengatasi pelanggaran dalam kelompok misal: mengkritik dan memonopoli pembicaraan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terciptanya kondisi yang kolaboratif. 2. Anggota kelompok memiliki kesiapan untuk melanjutkan ke tahap inti / kegiatan 	10 menit	Konselor harus siap munculnya konflik, kebosanan, kemarahan, dll., Hal tersebut harus dihadapi dengan pemikiran terbuka dan rasa hormat.
Tahap kegiatan	Merumuskan tujuan spesifik, mencari pengecualian	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok mengajukan pertanyaan terbuka terkait harapan agar dapat mereduksi prokastinasi akademik dan mengatasi dapat problem akademik 2. Mengajak anggota kelompok untuk membuat gambaran menyeluruh masalah yang dihadapi (<i>organizing and transforming</i>) 3. Pemimpin kelompok mengajukan pertanyaan mukjizat (<i>Miracle questions</i>) untuk menggeser percakapan kearah mereduksi prokastinasi akademik 4. Pemimpin kelompok mengajukan pertanyaan pengecualian (<i>exception questions</i>) tentang perbedaan ketika prokastinasi akademik menurun 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok dapat mencari pengecualian dan fokus pada solusi 2. Anggota kelompok dapat merumuskan tujuan spesifik untuk mereduksi prokastinasi akademik 	45 menit	

		5. menanyakan apa yang akan anggota kelompok lakukan untuk mereduksi prokastinasi akademik 6. Anggota kelompok mengerjakan analisis tujuan 7. Pemimpin kelompok membantu anggota menyusun tujuan spesifik dan konkret terkait goal setting and planning pembelajaran.			
Akhir	Evaluasi proses perubahan	1. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok mengungkapkan refleksi selama proses berlangsung. 2. Pemimpin kelompok menanyakan perasaan anggota kelompok setelah melakukan konseling. 3. Pemimpin kelompok mengemukakan kegiatan selanjutnya dan menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir. 4. Mengemukakan kesan, harapan, dan terima kasih kepada anggota kelompok.	1. Anggota kelompok memberikan refleksi dan evaluasi dalam proses konseling yang telah berlangsung 2. Anggota kelompok memahami sesi selanjutnya 3. Pemimpin kelompok menutup kegiatan konseling dengan doa	10 menit	Konselor melakukan observasi kegiatan dengan mengisi angket, konseli mengisi angket menilai kepuasan layanan konseling kelompok.
Sesi Tiga					
Tujuan Umum : Mereduksi prokastinasi akademik siswa					

Tujuan Khusus :

1. Mencari informasi yang relevan dengan masalah
2. Mencatat perumusan dan pemecahan masalah dari informasi yang didapat

Tahap	Komponen	Aktivitas	Capaian	Waktu	Keterangan
Awal	Pembentukan kelompok dan gambaran prosedur konseling	<ol style="list-style-type: none">1. Pembukaan.2. Membangun hubungan baik.3. Pemimpin kelompok memberikan penghargaan atas ketersediaan anggota kelompok serta partisipasi mereka untuk mengikuti konseling kelompok.4. Membangun hubungan kolaboratif dalam kegiatan konseling kelompok.5. Pemberian informasi peran dan aturan kelompok.6. Pemimpin kelompok mengajak konseli untuk terlibat dalam interaksi kelompok.7. Memainkan permainan untuk menciptakan keakraban.	<ol style="list-style-type: none">1. anggota kelompok memiliki hubungan yang kolaboratif satu dengan yang lain.2. anggota kelompok terlibat aktif untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok	15 menit	Kegiatan dilaksanakan secara luring
Transisi		<ol style="list-style-type: none">1. Membangun kolaborasi2. Menciptakan kondisi kemitraan3. Menciptakan suasana saling menghormati4. Mengatasi penolakan dari anggota	<ol style="list-style-type: none">1. Terciptanya kondisi yang kolaboratif.2. Anggota kelompok memiliki kesiapan untuk melanjutkan ke tahap inti / kegiatan	10 menit	Konselor harus siap munculnya konflik, kebosanan, kemarahan, dll., Hal tersebut harus dihadapi dengan

		5. Mengatasi pelanggaran dalam kelompok misal: mengkritik dan memonopoli pembicaraan.			pikiran terbuka dan rasa hormat.
Tahap kegiatan	mendorong motivasi dan Membangun solusi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok mengajukan <i>Scalling Questions</i> untuk mengukur tingkat tingginya prokastinasi akademik 2. Pemimpin kelompok bersama-sama <i>seeking information</i> seputar pada masalah yang dihadapi 3. <i>Keeps recording and monitoring</i> dimana anggota mencatat setiap informasi yang didapat 4. Memberikan apresiasi kekuatan diri anggota kelompok 5. Anggota kelompok menyelesaikan dengan menyampaikan informasi yang didapatkan masing-masing anggota kelompok 	Anggota kelompok dapat mengeksplorasi dan mencatat informasi terkait prokastinasi akademik dan <i>self-regulated learning</i>	45 menit	
Akhir	Evaluasi proses perubahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok mengungkapkan refleksi selama proses berlangsung. 2. Pemimpin kelompok menanyakan perasaan anggota kelompok setelah melakukan konseling. 	1. Anggota kelompok memberikan refleksi dan evaluasi dalam proses konseling yang telah berlangsung	10 menit	Konselor melakukan observasi kegiatan dengan mengisi angket, konseli mengisi angket menilai kepuasan

		3. Pemimpin kelompok mengemukakan kegiatan selanjutnya dan menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir. 4. Mengemukakan kesan, harapan, dan terima kasih kepada anggota kelompok.	2. Anggota kelompok memahami sesi selanjutnya 3. Pemimpin kelompok menutup kegiatan konseling dengan doa		layanan konseling kelompok.
Sesi Empat					
Tujuan Umum : Mereduksi prokastinasi akademik siswa					
Tujuan Khusus : <ol style="list-style-type: none"> 1. Menumbuhkan pemahaman dan kesadaran anggota kelompok 2. Membuat pilihan positif berdasarkan pilihan konseli 					
Tahap	Komponen	Aktivitas	Capaian	Waktu	Keterangan
Awal	Pembentukan kelompok dan gambaran prosedur konseling	1. Pembukaan. 2. Membangun hubungan baik. 3. Pemimpin kelompok memberikan penghargaan atas ketersediaan anggota kelompok serta partisipasi mereka untuk mengikuti konseling kelompok. 4. Membangun hubungan kolaboratif dalam kegiatan konseling kelompok.	1. Anggota kelompok memiliki hubungan yang kolaboratif satu dengan yang lain. 2. Konseli terlibat aktif untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok	15 menit	Kegiatan dilaksanakan secara luring

		<ol style="list-style-type: none"> 5. Pemberian informasi peran dan aturan kelompok. 6. Pemimpin kelompok mengajak konseli untuk terlibat dalam interaksi kelompok. 7. Memainkan permainan untuk menciptakan keakraban. 			
Transisi		<ol style="list-style-type: none"> 1. Membangun kolaborasi 2. Menciptakan kondisi kemitraan 3. Menciptakan suasana saling menghormati 4. Mengatasi penolakan dari anggota 5. Mengatasi pelanggaran dalam kelompok misal: mengkritik dan memonopoli pembicaraan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terciptanya kondisi yang kolaboratif. 2. Anggota kelompok memiliki kesiapan untuk melanjutkan ke tahap inti / kegiatan 	10 menit	Konselor harus siap munculnya konflik, kebosanan, kemarahan, dll., Hal tersebut harus dihadapi dengan pemikiran terbuka dan rasa hormat.
Tahap kegiatan	Membantu anggota dengan pengembangan tugas (memfasilitasi pemahaman dan kesadaran)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok memberikan pertanyaan berorientasi masa depan terkait <i>self-regulated learning</i> 2. Pemimpin kelompok mengajukan pertanyaan keajaiban <i>Miracle questions</i> jika prokastinasi akademik rendah dan dampak positifnya pada diri 3. Pemimpin kelompok mengajak praktek <i>environmental structuring, rehearsing and memorizing</i> dalam 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok dapat membuat pilihan solusi yang dapat ditanamkan pada aktivitas setelah konseling 	45 menit	

		upaya mereduksi prokastinasi akademik 4. Pemimpin kelompok memberikan pertanyaan reflektif 5. Anggota kelompok melakukan self <i>consequating</i> (penghargaan pada diri sendiri ketika mendapat hasil yang baik) 6. Pemimpin kelompok membantu agar alternatif yang sudah dilakukan dapat dilakukan dengan konsisten			
Akhir	Evaluasi proses perubahan	1. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok mengungkapkan refleksi selama proses berlangsung. 2. Pemimpin kelompok menanyakan perasaan anggota kelompok setelah melakukan konseling. 3. Pemimpin kelompok mengemukakan kegiatan selanjutnya dan menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir. 4. Mengemukakan kesan, harapan, dan terima kasih kepada anggota kelompok.	1. Anggota kelompok memberikan refleksi dan evaluasi dalam proses konseling yang telah berlangsung 2. Anggota kelompok memahami sesi selanjutnya 3. Pemimpin kelompok menutup kegiatan konseling dengan doa	10 menit	Konselor melakukan observasi kegiatan dengan mengisi angket, konseli mengisi angket menilai kepuasan layanan konseling kelompok.
Sesi Lima					
Tujuan Umum : Mereduksi prokastinasi akademik siswa					

Tujuan Khusus :

1. Mengevaluasi capaian perubahan anggota kelompok
2. Pemeliharaan terhadap perubahan yang dilakukan anggota kelompok

Tahap	Komponen	Aktivitas	Capaian	Waktu	Keterangan
Awal	Pembentukan kelompok dan gambaran prosedur konseling	<ol style="list-style-type: none">1. Pembukaan.2. Membangun hubungan baik.3. Konselor memberikan penghargaan atas ketersediaan konseli serta partisipasi mereka untuk mengikuti konseling kelompok.4. Membangun hubungan kolaboratif dalam kegiatan konseling kelompok.5. Pemberian informasi peran dan aturan kelompok.6. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk terlibat dalam interaksi kelompok.7. Memainkan permainan untuk menciptakan keakraban.	<ol style="list-style-type: none">1. anggota kelompok memiliki hubungan yang kolaboratif satu dengan yang lain.2. anggota kelompok terlibat aktif untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok	15 menit	Kegiatan dilaksanakan secara luring
Transisi		<ol style="list-style-type: none">1. Membangun kolaborasi2. Menciptakan kondisi kemitraan3. Menciptakan suasana saling menghormati4. Mengatasi penolakan dari anggota	<ol style="list-style-type: none">1. Terciptanya kondisi yang kolaboratif.2. Anggota kelompok memiliki kesiapan untuk melanjutkan	10 menit	Konselor harus siap munculnya konflik, kebosanan, kemarahan, dll., Hal tersebut harus dihadapi dengan

		5. Mengatasi pelanggaran dalam kelompok misal: mengkritik dan memonopoli pembicaraan.	ke tahap inti / kegiatan		pikiran terbuka dan rasa hormat.
Tahap kegiatan	Evaluasi dan tindak lanjut	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok melakukan pengukuran dengan teknik <i>scaling question</i> untuk melihat adanya perubahan sebelum dan sesudah diberikan treatment 2. Mengajak anggota kelompok untuk menuliskan kemungkinan hambatan yang akan ditemui di masa mendatang 3. Pemimpin kelompok mengedukasi perlunya mencari bantuan teman atau guru lainnya untuk membantu mereduksi prokastinasi akademik 4. Pemimpin kelompok meringkas seluruh sesi 5. Memberikan pujian atas tercapaianya usaha anggota kelompok 6. <i>Post-test</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok mengungkapkan perubahan 2. Anggota kelompok menuliskan kemungkinan hambatan yang akan ditemui mendatang 3. Pengisian APT dan LETP oleh anggota kelompok 	45 menit	
Akhir	Evaluasi proses perubahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemimpin kelompok meminta anggota kelompok mengungkapkan refleksi selama proses berlangsung. 2. Pemimpin kelompok menanyakan perasaan konseli setelah melakukan konseling. 3. Pemimpin kelompok mengemukakan kegiatan selanjutnya dan menjelaskan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anggota kelompok memberikan refleksi dan evaluasi dalam proses konseling yang telah berlangsung 	10 menit	Pemimpin kelompok melakukan observasi kegiatan dengan mengisi angket, anggota kelompok mengisi angket menilai

		<p>bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir.</p> <p>4. Mengemukakan kesan, harapan, dan terima kasih kepada anggota kelompok.</p>	<p>2. Anggota kelompok memahami sesi selanjutnya</p> <p>3. Pemimpin kelompok menutup kegiatan konseling dengan doa</p>		<p>kepuasan layanan konseling kelompok.</p>
--	--	--	--	--	---

Lampiran 12: Data *Pre-Test* dan *Post-Test*

Data *Pre-Test*

NO	ITEM SOAL NO																														TOTAL					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		31	32	33	34	35
1	2	4	2	4	2	3	2	2	4	3	2	2	2	4	2	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	103
2	1	3	1	3	2	3	2	2	2	4	3	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	4	3	3	2	3	2	3	85	
3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	4	2	2	2	4	2	5	3	2	3	4	2	2	2	4	2	3	2	4	5	4	2	3	3	2	102	
4	2	5	2	3	3	2	5	2	1	2	2	4	1	4	1	4	1	2	1	4	2	4	1	4	1	5	2	4	5	3	2	5	2	1	92	
5	2	4	1	3	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	1	84	
6	3	4	2	3	4	3	2	3	2	1	3	2	1	4	2	5	2	1	2	5	5	3	3	4	3	4	3	5	3	5	3	3	3	2	103	
7	2	3	3	3	3	2	5	3	1	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	4	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	90	
8	3	2	2	2	2	3	4	4	3	4	3	2	2	3	2	4	4	2	3	4	4	3	4	2	3	4	4	5	3	2	2	4	4	4	106	
9	2	1	2	3	1	1	1	1	4	4	2	2	2	3	1	4	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	1	69	
10	2	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	2	2	3	1	4	3	1	5	4	3	4	3	1	4	3	4	1	4	4	3	3	3	3	104	
11	1	1	1	3	1	1	1	2	1	3	2	2	1	3	1	4	2	1	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	3	1	55	
12	3	4	4	1	2	1	4	2	5	4	5	5	4	3	2	2	1	2	4	2	3	4	2	2	2	1	3	2	4	4	2	5	4	4	102	
13	3	4	4	1	2	1	4	2	5	4	5	2	4	3	3	2	1	4	4	2	3	4	2	2	2	1	3	2	4	5	3	5	4	4	104	
14	3	2	1	3	4	5	4	2	1	5	1	5	2	4	1	5	5	5	3	5	5	5	4	2	3	5	4	5	2	5	2	2	5	1	116	
15	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	5	2	3	1	3	3	4	3	5	3	3	2	4	3	5	3	5	5	5	2	5	2	2	110	
16	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	4	2	2	1	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	3	2	3	4	3	85	
17	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	4	2	2	1	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	3	2	3	4	3	85	
18	2	4	2	3	1	3	3	2	3	5	2	2	2	4	1	4	2	1	4	4	3	5	2	5	3	3	4	1	3	3	2	4	2	1	95	
19	3	3	2	2	1	4	3	2	1	2	3	4	1	4	1	3	3	4	3	2	2	4	3	2	2	5	2	3	3	3	2	2	3	2	89	

20	1	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	3	1	4	2	2	1	2	1	4	1	2	1	4	1	4	2	2	2	3	2	2	66
21	1	2	2	3	1	1	4	5	3	2	1	5	4	1	1	2	1	5	1	2	1	3	1	1	1	1	2	3	5	1	2	2	1	1	72
22	2	4	1	4	2	3	2	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	4	4	4	3	4	2	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	104

Data *Post-Test*

Hasil *Post-Test* SMK Ma'arif NU 1 Rawalo

Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	Total
GW	2	2	2	2	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	4	84
GH	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	3	5	2	3	2	2	2	4	1	5	3	2	2	3	1	2	78
RH	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	3	2	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	4	85
ALW	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72
AWH	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	4	3	2	2	2	1	81
AAM	2	4	1	5	3	3	4	3	3	1	3	3	1	5	1	3	3	3	1	5	3	5	2	3	3	3	3	4	3	5	3	4	3	4	105
FBP	2	4	3	4	2	4	3	2	2	4	3	5	2	4	2	3	1	5	2	2	2	3	2	4	2	5	2	2	2	3	4	4	2	2	98
BAS	2	4	3	4	2	4	3	3	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	2	2	2	3	3	4	4	2	3	5	3	102
RD	3	4	2	3	4	2	3	2	3	3	2	2	4	4	1	4	2	1	3	4	2	2	2	1	2	4	3	2	2	4	2	2	2	2	88
AH	3	4	2	4	3	3	4	3	3	4	2	2	2	4	2	5	3	2	3	4	2	2	2	4	2	3	2	4	5	4	2	4	3	2	103

Lampiran 13: Hasil Diskusi Konseling Kelompok

Nama : Adi Wasis Hidayat.

Hal² yang membuat kita menjadi semangat belajar.

- ⇒ harus sambil ngopi, ngrokok dan nyemi.
- ⇒ Nugas sambil scroll hp
- ⇒ lebih enak praktek dari pada di beri tugas. biar semangat.

Hambatan² yang membuat kalian malas belajar.

- ⇒ guru nya kebanyakan cat cok
- ⇒ ngga mood
- ⇒ malas
- ⇒ nager.
- ⇒ Paling malas garunya sering ngomelin kalau ngga ngerjain tugas.

Nama: Galih Widiyanto

Hal² yang membuat kita menjadi malas belajar

1. Mata Pelajarannya \rightarrow favorit & guru
2. TERGANTUNG guru
3. PRAKTEK

Hambatan yang membuat kita malas belajar

1. Materi / menulis terus
2. Gurunya bikin malas
3. TERGANTUNG mood

Nama: Raymat L. L. L. L.
Kelas: X 8 m

hal-hal yang membuat kita menjadi semangat belajar

1. Mata pelajaran tertentu → kejuruan
2. Soal mudah.
3. Suka karakter ketimbang teori
4. makan dan ~~biar~~ biar kres. fresh
5. Jangan lupa Mancing.
6. bermain tenis, ligat water
- 7.

hambatan yang membuat kita malas belajar

⇒ materi mluw

contohnya materinya susah

⇒ kadang keding gak mot.

⇒ Gakunya Ngeheinn

⇒ kalo Pelajaranya Cesa, kadang pggan ~~biar~~ mot.

⇒ Ora mot.

⇒ kadang kicing malas.

nama : Amping Indu wkat sana.

Hal² yang membuat kita menjadi semangat belajar.

1. Kerja keras
2. Perilaku OTOMOTIF

hambatan² yang membuat kalian malas belajar.

1. Malas
2. R2 Mod

Lampiran 14: Uji Normalitas

Tests of Normality

Kelas		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
tingkat prokastinasi siswa	<i>pretest</i> kelompok eksperimen	.253	5	.200*	.854	5	.207
	<i>posttest</i> kelompok eksperimen	.177	5	.200*	.925	5	.564
	<i>pretest</i> kelompok kontrol	.231	5	.200*	.881	5	.314
	<i>posttest</i> kelompok kontrol	.261	5	.200*	.856	5	.213

*. *This is a lower bound of the true significance.*

a. *Lilliefors Significance Correction*

Lampiran 15: *Paired Sample T Test Pre dan Post Test* Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Paired Samples Statistics

	<i>Mean</i>	<i>N</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>
<i>Pair 1 Pre-test eksperimen</i>	108.00	5	5.099	2.280
<i>Post-test eksperimen</i>	80.00	5	5.244	2.345
<i>Pair 2 Pre-Test Kontrol</i>	102.80	5	.837	.374
<i>Post-Test Kontrol</i>	99.20	5	6.760	3.023

Paired Samples Correlations

	<i>N</i>	<i>Correlation</i>	<i>Sig.</i>
<i>Pair 1 Pre-test eksperimen & Post-test eksperimen</i>	5	-.093	.881
<i>Pair 2 Pre-Test Kontrol & Post-Test Kontrol</i>	5	.009	.989

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pre-test eksperimen - Post-test eksperimen	28.000	7.649	3.421	18.503	37.497	8.186	4	.001
Pair 2 Pre-Test Kontrol - Post-Test Kontrol	3.600	6.804	3.043	-4.849	12.049	1.183	4	.302

Lampiran 16: *Independent Sample T Test Pre dan Post* Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Independent Samples Test

		<i>Levene's Test for Equality of Variances</i>		<i>t-test for Equality of Means</i>						
		<i>F</i>	<i>Sig.</i>	<i>t</i>	<i>Df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>	<i>Std. Error Difference</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>	
									<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
Hasil Konseling Kelompok Teknik SRL	<i>Equal variances assumed</i>	.205	.663	-5.018	8	.001	-19.20000	3.82623	-28.02329	10.37671
	<i>Equal variances not assumed</i>			-5.018	7.534	.001	-19.20000	3.82623	-28.11914	10.28086

Lampiran: 17 Uji Instrument Prokastinasi Akademik Ahli

LEMBAR VALIDASI INSTRUMEN ANGKET PROKASTINASI AKADEMIK

Judul penelitian : Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Mereduksi Perilaku Prokastinasi Akademik Siswa Yang Mengikuti Organisasi Di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo

Validator : Khulaimata Zalfa, M. Pd

Peneliti : Nikmah Maulina

A. Tujuan

Tujuan dari penggunaan instrument ini adalah untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai validator instrumen. Pendapat dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk validasi instrument yang akan digunakan.

B. Petunjuk

1. Bapak/Ibu memberikan penilaian mencakup isi instrumen untuk menilai instrument yang akan digunakan dalam penelitian "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Mereduksi Perilaku Prokastinasi Akademik Siswa Yang Mengikuti Organisasi Di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo".
2. Dimohon Bapak/Ibu berkenan memberikan penilaian dengan memberikan tanda ceklis pada kolom skala penilaian dengan pedoman sebagai berikut :
 - a. Lebih dari 75% item sesuai kriteria.
 - b. 50% - 75% item sesuai kriteria.
 - c. 25% - 50% item sesuai kriteria.
 - d. Kurang dari 25% item sesuai kriteria.
3. Jika Bapak/Ibu menganggap perlu ada perbaikan, mohon memberi keterangan pada bagian saran atau menuliskan langsung pada naskah instrument.

I. Konsep Dasar Angket Prokastinasi Akademik

Prokastinasi berasal dari Bahasa latin, "*pro*" yang artinya maju, dan "*crastinus*" yang artinya besok (Steel & König, 2006). Hal ini berarti orang yang melakukan prokastinasi lebih suka menunda mengerjakan tugasnya atau mengerjakan tugasnya besok dibandingkan dengan menyelesaikannya pada saat itu juga. Orang yang melakukan tindakan prokastinasi disebut dengan prokastinator. Ferrari, dkk (1995) menjelaskan bahwa sebagai salah satu perilaku penundaan, prokastinasi akademik dapat dimanifestasikan dalam indikator tertentu dengan ciri sebagai berikut:

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
2. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan
3. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
4. Kesenjangan waktu antara rencana kerja dan kinerja actual

II. Blueprint Instrumen Prokastinasi Akademik

Varibel	Indikator	Sub Indikator	Item		Jumlah
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Prokastinasi Akademik	Penundaan memulai atau mengerjakan tugas	Melakukan penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas akademik	5,6,7	1,2,3,4	7
		Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas sampai selesai	10,11,12	8,9	5
	Keterlambatan atau kelambanan dalam mengerjakan tugas	Membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas akademik	13,17,18	14,15,16	6
		Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas akademik	19,21	20,22	4
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan dan keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan	25,26,27,28,30,33,35	23,24,29,31,32,34,36	14
		Ketidaksesuaian antara rencana dengan target menyelesaikan tugas akademik	40,41,42	37,38,39	6
	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang bersifat menyenangkan	43,44, 45	46,47,48	6
	Total		24	24	48

III. Butir Item Instrumen Prokastinasi Akademik

Variable	Indikator	Sub Indikator	Butir Item	Ket (+/-)
Prokastinasi Akademik	Penundaan memulai atau mengerjakan tugas	Melakukan penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas akademik	1. Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.	-
			2. Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.	-
			3. Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.	-
			4. Saya tetap mengerjakan tugas meskipun saya belum memahami materi yang diberikan guru.	-
			5. Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.	+
			6. Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.	+
			7. Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.	+
	Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas sampai selesai		8. Saya mencoba berbagai cara menyelesaikan tugas seperti menggunakan alternative metode atau cara mengerjakan lain hingga selesai, meskipun terdapat beberapa soal yang menurut saya sulit.	-
			9. Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.	-
			10. Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.	+
			11. Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.	+
			12. Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.	+

- = 4
+ = 3

- = 4
+ = 3

Keterlambatan atau kelambanan dalam mengerjakan tugas	Membutuhkan waktu yang lama untuk mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas akademik	13. Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.	+	
		14. Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk belajar dalam waktu yang telah ditentukan.	-	
		15. Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.	-	
		16. Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.	-	
		17. Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.	+	
		18. Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.	+	
	Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas akademik	19. Saya mengabaikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.	+	
		20. Saya mengerjakan tugas dengan teratur.	-	
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan dan keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan	21. Saya mengumpulkan tugas tepat waktu.	-
			22. Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.	-
23. Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.			+	
24. Saya mengerjakan tugas setelah tidak ada teman untuk bermain.			+	
25. Saya merasa gugup jika waktu pengumpulan tugas sudah dekat namun belum dikerjakan.			+	
26. Saya kesulitan dalam membagi jadwal belajar.			+	
27. Saya membuat jurnal harian untuk belajar setiap pagi.			-	
28. Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.			+	

+
-2

+
-1

- tidak perlu mpa
rencana vs aktual

- ambig
sperti tidak
mga bang maktet

Ambig

+
-6
-25

			29. Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.	-	<p>fokus kerja tidak fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p> <p>fokus kerja tidak</p> <p>*** - -</p>
			30. Saya mengerjakan tugas sesuai target.	-	
			31. Saya tidak memiliki jadwal harian.	+	
			32. Saya belajar dengan waktu yang dijadwalkan.	-	
			33. Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.	+	
			34. Saya fokus dalam mengerjakan tugas.	-	
			35. Saya lebih mengutamakan belajar daripada bermain.	-	
			36. Saya dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.	-	
		Ketidaksesuaian antara rencana dengan target menyelesaikan tugas akademik	37. Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.	-	
			38. Saya menghabiskan waktu untuk bermain.	+	
			39. Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.	+	
			40. Saya tidak dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.	+	
	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang bersifat menyenangkan	41. Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.	+	
			42. Saya suka mengganggu teman ketika belajar.	+	
			43. Saya berbicara dengan teman ketika proses pembelajaran berlangsung.	+	
			44. Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.	-	
			45. Saya lebih memilih belajar dikamar daripada berkumpul dengan teman.	-	

			46. Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.	-
--	--	--	---	---

IV. Urian Pernyataan Instrumen Prokstinasi Akademik

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
2	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.					
3	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.					
4	Saya tetap mengerjakan tugas meskipun saya belum memahami materi yang diberikan guru.					
5	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
6	Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.					
7	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.					
8	Saya mencoba berbagai cara menyelesaikan tugas seperti menggunakan alternative rumus atau cara mengerjakan lain hingga selesai, meskipun terdapat beberapa soal yang menurut saya sulit.					
9	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.					
10	Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.					
11	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.					
12	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.					
13	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
14	Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk belajar dalam waktu yang telah ditentukan.					
15	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.					
16	Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.					

17	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.						
18	Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.						
19	Saya mengabaikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.						
20	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.						
21	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu.						
22	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.						
23	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.						
24	Saya mengerjakan tugas setelah tidak ada teman untuk bermain.						
25	Saya merasa gugup jika waktu pengumpulan tugas sudah dekat namun belum dikerjakan.						
26	Saya kesulitan dalam membagi jadwal belajar.						
27	Saya membuat jurnal harian untuk belajar setiap pagi.						
28	Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.						
29	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.						
30	Saya mengerjakan tugas sesuai target.						
31	Saya tidak memiliki jadwal harian.						
32	Saya belajar dengan waktu yang dijadwalkan.						
33	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.						
34	Saya focus dalam mengerjakan tugas.						
35	Saya lebih mengutamakan belajar daripada bermain.						
36	Saya dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.						
37	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.						
38	Saya menghabiskan waktu untuk bermain.						
39	Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.						
40	Saya tidak dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.						
41	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.						
42	Saya suka mengganggu teman ketika belajar.						
43	Saya berbicara dengan teman ketika proses pembelajaran berlangsung.						
44	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.						

45	Saya lebih memilih belajar dikamar daripada berkumpul dengan teman.					
46	Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.					

V. Penilaian Instrumen Prokstinasi Akademik

No.	Uraian	Skala Penilaian			
		A	B	C	D
1.	Item instrument sudah sesuai dengan indikator	✓			
2.	Bahasa yang digunakan komunikatif		✓		
3.	Tata Bahasa yang digunakan sudah sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar	✓			
4.	Item instrument tidak bias	✓			
5.	Format instrumen menarik untuk di baca	✓			
6.	Petunjuk menjawab mengisi instrument sudah jelas		✓		
7.	Jumlah item instrument sudah sesuai	✓			

1. Perlu mengacak nomor butir
2. Perlu merubah refleksi sesuai catatan
3. Perlu menambahkan petunjuk menjawab & identifikasi Skopec

VI. Kesimpulan

1. Dapat digunakan tanpa revisi
- ② Dapat digunakan dengan sedikit revisi
3. Dapat digunakan dengan banyak revisi
4. Belum dapat digunakan

VII. Saran

Cilacap, Juli 2024

Validator Ahli

Khulaimata Zalfa, M. Pd

LEMBAR VALIDASI INSTRUMEN
ANGKET PROKASTINASI AKADEMIK

Judul penelitian : Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Mereduksi Perilaku Prokastinasi Akademik Siswa Yang Mengikuti Organisasi Di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo

Validator : Sandi Aji Wahyu Utomo, M. Pd. I

Peneliti : Nikmah Maulina

A. Tujuan

Tujuan dari penggunaan instrument ini adalah untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu sebagai validator instrumen. Pendapat dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk validasi instrument yang akan digunakan.

B. Petunjuk

1. Bapak/Ibu memberikan penilaian mencakup isi instrumen untuk menilai instrument yang akan digunakan dalam penelitian "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Mereduksi Perilaku Prokastinasi Akademik Siswa Yang Mengikuti Organisasi Di SMK Ma'arif NU 1 Rawalo".
2. Dimohon Bapak/Ibu berkenan memberikan penilaian dengan memberikan tanda ceklis pada kolom skala penilaian dengan pedoman sebagai berikut :
 - a. Lebih dari 75% item sesuai kriteria.
 - b. 50% - 75% item sesuai kriteria.
 - c. 25% - 50% item sesuai kriteria.
 - d. Kurang dari 25% item sesuai kriteria.
3. Jika Bapak/Ibu menganggap perlu ada perbaikan, mohon memberi keterangan pada bagian saran atau menuliskan langsung pada naskah instrument.

I. Konsep Dasar Angket Prokastinasi Akademik

Prokastinasi berasal dari Bahasa latin, "*pro*" yang artinya maju, dan "*crastinus*" yang artinya besok (Steel & König, 2006). Hal ini berarti orang yang melakukan prokastinasi lebih suka menunda mengerjakan tugasnya atau mengerjakan tugasnya besok dibandingkan dengan menyelesaikannya pada saat itu juga. Orang yang melakukan tindakan prokastinasi disebut dengan prokastinator. Ferrari, dkk (1995) menjelaskan bahwa sebagai salah satu perilaku penundaan, prokastinasi akademik dapat dimanifestasikan dalam indikator tertentu dengan ciri sebagai berikut:

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
2. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan
3. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
4. Kesenjangan waktu antara rencana kerja dan kinerja actual

III. Butir Item Instrumen Prokastinasi Akademik

Variable	Indikator	Sub Indikator	Butir Item	Ket (+/-)	
Prokastinasi Akademik	Penundaan memulai atau mengerjakan tugas	Melakukan penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas akademik	1. Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.	-	✓
			2. Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.	-	✓
			3. Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.	-	✓
			4. Saya tetap mengerjakan tugas meskipun saya belum memahami materi yang diberikan guru.	-	✓
			5. Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.	+	✓
			6. Saya mengerjakan tugas ketika sudah menumpuk.	+	✓
			7. Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila saya merasa lelah.	+	✓
		Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas sampai selesai	8. Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas hingga selesai, meskipun terdapat beberapa soal yang menurut saya sulit.	-	✓
			9. Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.	-	✓
			10. Saya menunda menyelesaikan tugas karena sebelumnya saya sudah mengerjakan beberapa soal.	+	✓
			11. Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.	+	✓
			12. Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.	+	✓
	Keterlambatan atau kelambanan dalam	Membutuhkan waktu yang lama untuk	13. Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.	+	✓

	mengerjakan tugas	mempersiapkan diri dalam mengerjakan tugas akademik	14. Saya mampu mempersiapkan diri untuk belajar dalam waktu yang telah ditentukan.	-	✓
			15. Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena menyenangkan.	-	✓
			16. Saya merasa senang dengan tugas yang diberikan oleh guru.	-	✓
			17. Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.	+	✓
			18. Saya menunda mengerjakan tugas karena tidak menyenangkan.	+	✓
		Tidak memperhitungkan waktu yang dimiliki dalam mengerjakan tugas akademik	19. Saya mengabaikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.	+	✓
			20. Saya mengerjakan tugas dengan teratur.	-	✓
			21. Saya mengerjakan tugas dengan tidak teratur.	+	
			22. Saya sangat memperhatikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.	-	✗
			23. Saya mengumpulkan tugas tepat waktu.	-	✓
	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kesulitan dan keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan	24. Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.	-	✓
			25. Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.	+	✓
			26. Saya tidak mengerjakan tugas tepat waktu.	+	
			27. Saya mengalami kesulitan mengerjakan tugas ketika waktunya terbatas.	+	✓
			28. Saya kesulitan dalam membagi jadwal belajar.	+	✓
			29. Saya disiplin dalam membagi jadwal belajar.	-	✓
			30. Saya tidak menepati waktu dalam mengerjakan tugas yang direncanakan.	+	✓
			31. Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.	-	✓
			32. Saya mengerjakan tugas sesuai target.	-	✓

		Ketidaksesuaian antara rencana dengan target menyelesaikan tugas akademik	33. Saya tidak memiliki jadwal harian.	+	✓
			34. Saya belajar dengan waktu yang dijadwalkan.	-	✓
			35. Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.	+	✓
			36. Saya fokus dalam mengerjakan tugas.	-	✓
			37. Saya lebih mengutamakan belajar daripada bermain.	-	✓
			38. Saya dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.	-	✓
			39. Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.	-	✓
			40. Saya menghabiskan waktu untuk bermain.	+	✓
	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Melakukan aktivitas lain yang bersifat menyenangkan	41. Saya suka menyalin tulisan dari teman daripada menulisnya langsung saat pelajaran.	+	
			42. Saya tidak dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.	+	✓
			43. Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.	+	✓
			44. Saya suka mengganggu teman ketika belajar.	+	✓
			45. Saya berbicara dengan teman ketika proses pembelajaran berlangsung.	+	✓
			46. Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.	-	✓
			47. Saya lebih memilih belajar dikamar daripada berkumpul dengan teman.	-	✓
			48. Saya memiliki jadwal belajar harian.	-	✓

IV. Urian Pernyataan Instrumen Prokastinasi Akademik

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
2	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.					
3	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.					
4	Saya tetap mengerjakan tugas meskipun saya belum memahami materi yang diberikan guru.					
5	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.					
6	Saya mengerjakan tugas ketika sudah menumpuk.					
7	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila saya merasa lelah.					
8	Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas hingga selesai, meskipun terdapat beberapa soal yang menurut saya sulit.					
9	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.					
10	Saya menunda menyelesaikan tugas karena sebelumnya saya sudah mengerjakan beberapa soal.					
11	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.					
12	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.					
13	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
14	Saya mampu mempersiapkan diri untuk belajar dalam waktu yang telah ditentukan.					
15	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena menyenangkan.					
16	Saya merasa senang dengan tugas yang diberikan oleh guru.					
17	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.					
18	Saya menunda mengerjakan tugas karena tidak menyenangkan.					
19	Saya mengabaikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.					
20	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.					
21	Saya mengerjakan tugas dengan tidak teratur.					

22	Saya sangat memperhatikan <i>deadline</i> tugas yang telah ditentukan.						
23	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu.						
24	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.						
25	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.						
26	Saya tidak mengerjakan tugas tepat waktu.						
27	Saya mengalami kesulitan mengerjakan tugas ketika waktunya terbatas.						
28	Saya kesulitan dalam membagi jadwal belajar.						
29	Saya disiplin dalam membagi jadwal belajar.						
30	Saya tidak menepati waktu dalam mengerjakan tugas yang direncanakan.						
31	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.						
32	Saya mengerjakan tugas sesuai target.						
33	Saya tidak memiliki jadwal harian.						
34	Saya belajar dengan waktu yang dijadwalkan.						
35	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.						
36	Saya fokus dalam mengerjakan tugas.						
37	Saya lebih mengutamakan belajar daripada bermain.						
38	Saya dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.						
39	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.						
40	Saya menghabiskan waktu untuk bermain.						
41	Saya suka menyalin tulisan dari teman daripada menulisnya langsung saat pelajaran.						
42	Saya tidak dapat mengatur waktu belajar dengan ekstrakurikuler/kegiatan pondok.						
43	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.						
44	Saya suka mengganggu teman ketika belajar.						
45	Saya berbicara dengan teman ketika proses pembelajaran berlangsung.						
46	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.						
47	Saya lebih memilih belajar dikamar daripada berkumpul dengan teman.						
48	Saya memiliki jadwal belajar harian.						

V. Penilaian Instrumen Prokstinasi Akademik

No.	Uraian	Skala Penilaian			
		A	B	C	D
1.	Item instrument sudah sesuai dengan indikator	✓			
2.	Bahasa yang digunakan komunikatif	✓			
3.	Tata Bahasa yang digunakan sudah sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia yang baik dan benar		✓		
4.	Item instrument tidak bias	✓			
5.	Format instrumen menarik untuk di baca	✓			
6.	Petunjuk menjawab mengisi instrument sudah jelas	✓			
7.	Jumlah item instrument sudah sesuai	✓			

VI. Kesimpulan

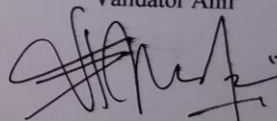
- ✓ 1. Dapat digunakan tanpa revisi
- 2. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- 3. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- 4. Belum dapat digunakan

VII. Saran

Terdapat beberapa yang bisa dihilangkan.

Cilacap, Juli 2024

Validator Ahli



Sandi Aji Wahyu Utomo, M. Pd. I

Lampiran: 18 Instrumen Prokastinasi Akademik yang Telah Diisi

Instrumen Prokastinasi Akademik

1. Identitas Responden

Nama: *Ni Wasis hidayat*

Kelas: *X1 TSM*

2. Petunjuk Pengisian Angket

Tuliskan pendapat anda mengenai setiap pernyataan dengan cara memberikan tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang sesuai dengan keadaan sebenarnya dari diri anda. Pengisian angket ini tidak mempengaruhi hasil belajar dan nilai anda sehingga anda dapat mengisi dengan sebenar-benarnya keadaan anda tanpa perlu merasa khawatir.

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

3. Pernyataan

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.		✓			
2.	Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.				✓	
3.	Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan.			✓		
4.	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.		✓			
5.	Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.				✓	
6.	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.		✓			
7.	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.			✓		
8.	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.				✓	
9.	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.		✓			
10.	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.				✓	
11.	Saya dapat mengerjakan tugas sesuai rencana disela kegiatan organisasi.		✓			
12.	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.				✓	
13.	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.		✓			
14.	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.		✓			

15.	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.	✓			
16.	Saya kesulitan dalam membagi jadwal mengerjakan tugas sesuai <i>deadline</i> .		✓		
17.	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.	✓			
18.	Saya mengganggu teman yang sedang mengerjakan tugas hingga kami tidak mengerjakannya.			✓	
19.	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.		✓		
20.	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.			✓	
21.	Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.	✓			
22.	Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.		✓		
23.	Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.	✓			
24.	Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.		✓		
25.	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.	✓			
26.	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.	✓			
27.	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.		✓		
28.	Saya tidak mampu mengerjakan tugas disela kegiatan organisasi seperti yang telah direncanakan.			✓	
29.	Saya mengerjakan tugas melewati <i>deadline</i> yang telah ditentukan.	✓			
30.	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.		✓		
31.	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.	✓			
32.	Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.			✓	
33.	Saya membuat jurnal pengerjaan tugas dan melaksanakannya.	✓			
34.	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.				✓

Instrument Prokstinasi Akademik

1. Identitas Responden

Nama: *Ampry lndu witalson*

Kelas: *XI TSM*

2. Petunjuk Pengisian Angket

Tulislah pendapat anda mengenai setiap pernyataan dengan cara memberikan tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang sesuai dengan keadaan sebenarnya dari diri anda. Pengisian angket ini tidak mempengaruhi hasil belajar dan nilai anda sehingga anda dapat mengisi dengan sebenar-benarnya keadaan anda tanpa perlu merasa khawatir.

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

3. Pernyataan

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.		✓			
2.	Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.				✓	
3.	Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan.		✓			
4.	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.		✓			
5.	Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.				✓	
6.	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.		✓			
7.	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.				✓	
8.	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.				✓	
9.	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.		✓			
10.	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.				✓	
11.	Saya dapat mengerjakan tugas sesuai rencana disela kegiatan organisasi.			✓		
12.	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.				✓	
13.	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.		✓			
14.	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.				✓	

15.	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.	✓				
16.	Saya kesulitan dalam membagi jadwal mengerjakan tugas sesuai <i>deadline</i> .			✓		
17.	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.		✓			
18.	Saya mengganggu teman yang sedang mengerjakan tugas hingga kami tidak mengerjakannya.			✓		
19.	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.		✓			
20.	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.				✓	
21.	Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.			✓		
22.	Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.			✓		
23.	Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.		✓			
24.	Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.				✓	
25.	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.		✓			
26.	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.				✓	
27.	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.		✓			
28.	Saya tidak mampu mengerjakan tugas <u>disela</u> kegiatan organisasi seperti yang telah direncanakan.				✓	
29.	Saya mengerjakan tugas melewati <i>deadline</i> yang telah ditentukan.				✓	
30.	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.				✓	
31.	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.		✓			
32.	Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.				✓	
33.	Saya membuat jurnal pengerjaan tugas dan melaksanakannya.		✓			
34.	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.				✓	

Instrument Prokstinasi Akademik

1. Identitas Responden

Nama: Rohmat Hidayat

Kelas: X TSM

2. Petunjuk Pengisian Angket

Tuliskan pendapat anda mengenai setiap pernyataan dengan cara memberikan tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang sesuai dengan keadaan sebenarnya dari diri anda. Pengisian angket ini tidak mempengaruhi hasil belajar dan nilai anda sehingga anda dapat mengisi dengan sebenar-benarnya keadaan anda tanpa perlu merasa khawatir.

Keterangan:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-Ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

3. Pernyataan

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya langsung mengerjakan tugas yang diberikan guru.		✓			
2.	Saya menunda menyelesaikan tugas setelah dirasa berprogres menjawab beberapa soal.				✓	
3.	Saya menyiapkan diri secara fisik maupun mental untuk mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan.		✓			
4.	Saya tidak kesulitan dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya terbatas.		✓			
5.	Saya mudah menyerah saat terdistraksi dengan hal-hal disekitar ketika mengerjakan tugas.			✓		
6.	Saya lebih mengutamakan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lain.		✓			
7.	Saya menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru.			✓		
8.	Saya merasa tertekan dengan tugas yang diberikan oleh guru.			✓		
9.	Saya mengerjakan tugas dengan teratur.		✓			
10.	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas.		✓			
11.	Saya dapat mengerjakan tugas sesuai rencana disela kegiatan organisasi.			✓		
12.	Saya menghabiskan waktu mengobrol dengan teman daripada menyelesaikan tugas.				✓	
13.	Saya segera mengerjakan tugas sebelum menumpuk.		✓			
14.	Saya enggan menyelesaikan tugas karena masih ada beberapa soal yang sulit menurut saya.		✓			

15.	Saya bersemangat dalam mengerjakan tugas karena soalnya mudah.	✓				
16.	Saya kesulitan dalam membagi jadwal mengerjakan tugas sesuai <i>deadline</i> .		✓			
17.	Saya menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum bermain.	✓				
18.	Saya mengganggu teman yang sedang mengerjakan tugas hingga kami tidak jadi mengerjakannya.			✓		
19.	Saya segera mengerjakan tugas meskipun dalam keadaan lelah.	✓				
20.	Saya menunda menyelesaikan tugas apabila guru memberi tenggang waktu pengumpulan tugas yang lama.		✓			
21.	Saya merasa tertantang dan bersemangat dengan tugas yang diberikan oleh guru.	✓				
22.	Saya kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah direncanakan.		✓			
23.	Saya tidak bermain jika tugas yang diberikan guru belum dikerjakan.	✓				
24.	Saat tugas yang belum dikerjakan sudah banyak maka saya baru mengerjakannya.	✓				
25.	Saya tetap menyelesaikan tugas secepatnya meskipun tenggang waktu pengumpulannya masih lama.	✓				
26.	Saya tidak segera mengerjakan tugas apabila suasana disekitar saya masih ramai.			✓		
27.	Saya mengerjakan tugas lebih cepat dari waktu yang dijadwalkan.	✓				
28.	Saya tidak mampu mengerjakan tugas disela kegiatan organisasi seperti yang telah direncanakan.		✓			
29.	Saya mengerjakan tugas melewati <i>deadline</i> yang telah ditentukan.			✓		
30.	Saya akan menunda mengerjakan tugas apabila dirasa <i>deadline</i> tugas masih lama.			✓		
31.	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang dijadwalkan.	✓				
32.	Saya menunda mengerjakan tugas karena terlalu lama bermain.		✓			
33.	Saya membuat jurnal pengerjaan tugas dan melaksanakannya.	✓				
34.	Saya melanggar jadwal yang telah ditentukan.	✓				

Lampiran: 19 Dokumentasi Proses Konseling Kelompok

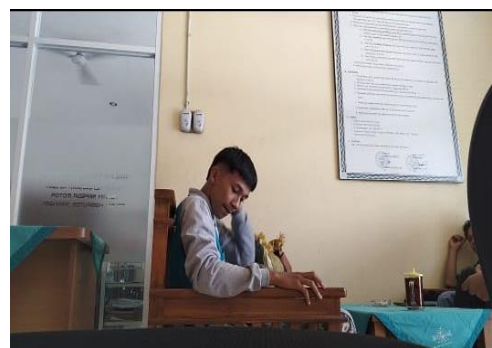
Sesi 1



Sesi 2



Sesi 3



Sesi 4



Sesi 5



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama : Nikmah Maulina
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, Tanggal Lahir : Banyumas, 19 Oktober 1999
4. Agama : Islam
5. Alamat : Desa Randegan RT 005 RW 003,
Kecamatan Kebasen, Kabupaten Banyumas,
Provinsi Jawa Tengah 53172
6. No. HP : 081295434676
7. Email : maulina.nikmahh@gmail.com
8. Riwayat Pendidikan Formal : - SD Negeri Randegan
- SMP Negeri 1 Kebasen
- SMK Negeri Kebasen
- Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali
Cilacap
9. Riwayat Pendidikan Non-Formal : SKPP Bawaslu Banyumas
10. Riwayat Pekerjaan : PT Mandom Indonesia Tbk