

UPAYA MENURUNKAN PROKRASTINASI AKADEMIK PESERTA DIDIK MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *ROLE PLAYING*

Budi Mulyono¹⁾, Banun Sri Haksasi²⁾, Elfi Rimayati³⁾✉

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP¹

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP²

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP³

✉ (elfirimayati@gmail.com), Universitas Ivet.

DOI: <https://doi.org/10.31331/emp.v2i1.kodeartikel>

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit : 1 Nopember 2023

Direvisi : 5 Nopember 2023

Disetujui : 7 Nopember 2023

Dipublikasi: 1 Desember 2023

Keywords:

***procrastination, group
guidance, role playing
techniques***

Abstrak

Pada tahap perkembangan, peserta didik SMP dapat dikategorikan sebagai remaja awal. Pada usia remaja, pendidikan menjadi suatu kewajiban yang mutlak harus dijalani. Namun demikian, dalam menempuh pendidikan sering terjadi beberapa masalah dan hambatan yang dialami oleh remaja, seperti adanya keengganan untuk belajar. tidak jarang mengakibatkan tugas-tugas sekolah yang tertunda mengakibatkan menurunnya prestasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk: 1) membantu siswa menurunkan prokrastinasi akademik peserta didik 2) memberikan keterampilan pada guru BK/konselor untuk terampil menggunakan bimbingan kelompok teknik *role playing*. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang dilaksanakan menggunakan 2 siklus dengan tiap siklus 3 pertemuan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik *role playing*. Subjek penelitian ini adalah siswa SMP dan guru BK/konselor di SMP. Data diperoleh dengan angket, observasi dan wawancara. Analisis data digunakan analisis deskriptif prosentase. Hasil yang diperoleh berupa dampak bertambahnya keterampilan guru BK dalam melaksanakan bimbingan kelompok teknik *role playing* yang berfokus pada pembahasan penurunan prokrastinasi peserta didik.

Kata kunci: prokrastinasi, bimbingan kelompok, teknik role playing

Abstract

At the developmental stage, junior high school learners can be categorized as early adolescents. At the age of adolescence, education becomes an absolute obligation that must be undertaken. However, in taking education there are often several problems and obstacles experienced by adolescents, such as reluctance to learn. It is not uncommon to result in delayed and even neglected school assignments exams which eventually result in decreased academic achievement. This study aims to: 1) help students reduce the academic procrastination of students 2) provide skills for BK teachers / counselors to be skilled in using group guidance role playing techniques. This research is a guidance and counseling action research (PTBK) which is carried out using 2 cycles with each cycle 3 meetings using group guidance services role playing techniques. The subjects of this study were junior high school students and BK teachers/counselors in junior high schools. The type of action performed is a guidance service, group counseling, Role Playing techniques. Data were obtained by questionnaires, observations and interviews. Data analysis used percentage descriptive analysis. The results obtained were in the form of the impact of increasing the skills of BK teachers in carrying out group guidance on role playing techniques that focused on discussing the decline in student procrastination.

Keywords: procrastination, group guidance, role playing techniques.

(2021) Universitas Ivet Semarang

e-ISSN 2656-9655

PENDAHULUAN

Dunia pendidikan pada masa sekarang ini, tidak hanya diwajibkan mencetak para peserta didik berprestasi dalam ilmu pengetahuan saja, mereka dituntut untuk membuat peserta didik dapat menghayati nilai-nilai agama sebagai pedoman dalam berperilaku, membantu peserta didik agar dapat mengambil keputusan sendiri, membuat peserta didik mampu mengenal dirinya sendiri, serta mampu mengembangkan potensi diri secara optimal dengan jalan memahami diri, memahami lingkungan, mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik.

Peserta didik tingkat SMP merupakan peserta didik digolongkan dalam umur 14-17 tahun untuk laki-laki dan 13-17 tahun untuk perempuan adalah termasuk dalam masa remaja awal. Dalam masa remaja awal ini remaja dituntut untuk memiliki kemandirian dalam menjalankan tugas tugas perkembangan mereka, salah satunya adalah tugas-tugas dalam bidang akademik. Tugas-tugas dalam bidang akademik peserta didik yang dimaksud adalah tugas yang diberikan oleh guru sebagai pekerjaan rumah, tugas yang dikerjakan di kelas dan tugas peserta didik untuk belajar.

Pada tahap perkembangan, peserta didik SMP dapat dikategorikan

sebagai remaja awal. Pada usia remaja, pendidikan menjadi suatu kewajiban yang mutlak harus dijalani. Namun demikian, dalam menempuh pendidikan sering terjadi beberapa masalah dan hambatan yang dialami oleh remaja. Umumnya remaja sering mengeluh mengenai permasalahan seperti ketidaknyamanan dengan kondisi sekolah, cara guru mengajar, 2 tugas yang dianggap terlalu banyak hingga adanya keengganan untuk belajar. Keengganan belajar yang terjadi pada remaja tidak jarang mengakibatkan tugas-tugas sekolah yang tertunda bahkan terbengkalai yang mengakibatkan kurangnya persiapan belajar untuk menghadapi ulangan maupun ujian sekolah.

Dalam mencapai tujuan di atas, tak jarang peserta didik mendapati hambatan yang terkadang peserta didik sendiri tidak mampu menyelesaikannya. Maka dari itu posisi bimbingan dan konseling di sekolah sebenarnya sangat penting, dan bisa membantu peserta didik untuk mencapai tujuannya, karena pengajaran dikelas saja tidak cukup memadai untuk menjawab tuntutan pendidikan yang luas dan mendalam itu.

Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan unsur yang perlu dipadukan ke dalam upaya pendidikan secara menyeluruh, baik di sekolah, maupun di luar sekolah. Oleh karena itu, kegiatan bimbingan dan konseling diselenggarakan dalam bentuk kerjasama sejumlah orang untuk mencapai suatu tujuan. Layanan bimbingan dan konseling diselenggarakan secara teratur, sistematis dan terarah atau berencana, agar benar-benar berdaya dan berhasil, guna bagi pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Bimbingan dan konseling memiliki berbagai macam layanan yang dapat dilakukan untuk menurunkan *Prokrastinasi* akademik peserta didik, Salah satunya dengan layanan bimbingan kelompok.

Prayitno (Prayitno. 2015) menjelaskan bahwa “layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu”. Bimbingan kelompok merupakan upaya untuk dapat memecahkan masalah peserta didik dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Bimbingan kelompok dilaksanakan dengan cara klasikal (berkelompok), masalah-masalah yang berkaitan dengan rendahnya motivasi belajar peserta didik akan dicari

solusinya secara bersama-sama oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok, melalui layanan bimbingan kelompok tersebut, peserta didik dapat menemukan cara untuk meningkatkan motivasi belajar mereka.

Dalam bidang psikologi perilaku penunda dikenal dengan istilah *Prokrastinasi*. Adapun bentuk dari *Prokrastinasi* akademik yang dilakukan peserta didik dapat berupa penundaan mengerjakan tugas, penundaan belajar menghadapi ulangan maupun ujian, penundaan tugas membaca, serta penundaan kinerja akademis secara keseluruhan. Ellis dan Knaus 1997, (Ghufron 2014) “mengatakan bahwa *Prokrastinasi* merupakan penundaan yang tidak bertujuan untuk menghindari tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan”. Hal ini terjadi karenakan adanya pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan baik dan benar. Penundaan yang telah menjadi respons tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai sesuatu trait *Prokrastinasi* (Ghufron 2014).”Penundaan umumnya dipahami sebagai perilaku *maladaptif* yang dapat menghambat sukses akademik”.

Peserta didik selalu mencari alasan untuk tidak segera mengerjakan tugas, padahal mereka menyadari ada tugas penting yang harus diselesaikan

namun mereka lebih memilih untuk melakukan kegiatan lain yang menyenangkan dan mendatangkan hiburan. Fenomena yang sering terjadi pada pelajar saat ini adalah banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal lain selain belajar. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan di mall atau plaza bersama teman-teman, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan game online dan suka menunda waktu pekerjaan. *Prokrastinasi* akademik identik dengan bentuk kemalasan dalam lingkungan peserta didik. Banyaknya penelitian yang mengungkapkan bahwa perilaku *Prokrastinasi* akademik berperan terhadap pencapaian akademis, maka *Prokrastinasi* akademik merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian karena berpengaruh pada peserta didik itu sendiri serta hasil yang kurang optimal bagi orang lain serta lingkungannya.

Selain itu juga dengan berkembangnya teknologi dan semakin banyak media sosial/jejaring sosial yang digemari remaja Indonesia, seperti Facebook, Twitter, Instagram, Youtube dan kaskus membuat remaja semakin banyak membuang waktu untuk memposting aktivitasnya di jejaring sosial ketimbang mengerjakan pekerjaan rumah ataupun belajar. Ketika

seorang pelajar tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, banyak mengulur waktu untuk melakukan aktivitas lain dengan sengaja dan merasa aktivitas lain lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan sehingga tugas terbengkalai dan menyelesaikan tugas tidak maksimal maka dapat mengakibatkan kegagalan atau terhambatnya kesuksesan. Kegagalan atau kesuksesan individu sebenarnya bukan karena faktor intelegensi semata namun kebiasaan melakukan penundaan terutama dalam penyelesaian tugas akademik yang dikenal dengan istilah *Prokrastinasi* akademik.

Selama proses layanan bimbingan dan konseling Guru BK di sekolah banyak menemui permasalahan-permasalahan yang kompleks seperti Bimbingan dan Konseling berpusat pada masalah permukaan saja, guru BK belum begitu mampu mengembangkan profesionalitasnya sebagai konselor sekolah, keterbatasan waktu dalam memberi layanan BK, keterbatasan informasi yang diberikan dalam memberikan layanan BK, kurangnya dukungan dari sistem yang ada di sekolah, konselor tidak bisa menyampaikan layanan BK layaknya sebagai seorang konselor, tidak tersedianya bank data (jenis-jenis pekerjaan), konselor sering

tidak bisa menjalin hubungan yang baik dengan peserta didik, berkerja dibawah tekanan, Konselor di sekolah dianggap sebagai polisi sekolah, bimbingan dan Konseling hanya untuk orang yang bermasalah saja, layanan bimbingan dan konseling dapat dilakukan oleh siapa saja.

Tentunya apabila hal ini terus dibiarkan akan menghambat layanan layanan bimbingan dan konseling itu sendiri dan berdampak pada prestasi belajar peserta didik. Salah satu keberhasilan tujuan pembelajaran dapat dilihat dari prestasi belajar peserta didik. Untuk mencapai prestasi belajar yang maksimal peserta didik harus belajar dengan giat. Bekal utama yang dibutuhkan peserta didik untuk mencapai hasil yang optimal yaitu dengan kemampuan mandiri dalam belajar. Namun tidak semua peserta didik memiliki pengelolaan belajar yang baik. Pengelolaan belajar dapat mempengaruhi prestasi atau hasil belajar.

Penundaan yang berhubungan dengan tugas akademik disebut *Prokrastinasi* akademik. *Prokrastinasi* merupakan fenomena menunda tugas terhadap tugas yang seharusnya dikerjakan tepat waktu namun memilih melakukan pekerjaan lain sehingga tugas menjadi terlambat. *Prokrastinasi*

merupakan salah satu ketidakpastian dalam menggunakan waktu dan merupakan suatu kegagalan dalam membuat perencanaan akademik. Penelitian yang mengungkap tentang tingkat *Prokrastinasi* akademik di sekolah Indonesia sudah banyak dilakukan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Munawaroh dengan judul Tingkat *Prokrastinasi* akademik, Peserta didik Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta, 2017 bahwa sebesar 17,2% peserta didik SMP Muhammadiyah Yogyakarta memiliki *Prokrastinasi* tinggi, 77,1% memiliki tingkat *Prokrastinasi* sedang dan 5,7% memiliki tingkat *Prokrastinasi* rendah. Hal serupa juga terjadi di Samarinda bahwa sebesar 50% peserta didik di SMA Negeri 1 Samarinda memiliki tingkat *Prokrastinasi* sedang (Alfina 2014).

Berdasarkan hasil tersebut, bahwa kebiasaan menunda-nunda tugas yang tidak bertujuan merupakan hal yang biasa dilakukan. Hal ini diperkuat oleh keterangan guru mata pelajaran dan guru BK menyatakan bahwasanya sebagian peserta didik menunda mengerjakan tugas sekolah, menunda belajar, melakukan aktivitas lain yang menyenangkan. Sehingga biasa mengerjakan PR di sekolah atau di sela-sela mata pelajaran yang lain (Indra 2016).

Berdasarkan hasil observasi saya di sekolah dan didukung wawancara dengan wali kelas, guru mata pelajaran serta wawancara dari peserta didik terdapat fenomena dikelas VIII menunjukkan perilaku melakukan penundaan terutama dalam penyelesaian tugas akademik yang dikenal dengan istilah *Prokrastinasi* akademik seperti: Menunda dalam mengerjakan tugas-tugas sekolahnya seperti tugas kelompok dan lain-lain.

Belajar ketika menjelang ujian sekolah atau ujian semester saja yaitu dengan sistem kebut semalam yaitu belajar semalam sebelum ujian, hal itu diakibatkan karena jam belajar mereka yang tidak diatur dengan baik sehingga mereka lebih memilih mengerjakan hal lain yang menurut peserta didik lebih menyenangkan dan berlama-lama melakukan hal lain tersebut seperti *online*, *chatting* atau bermain *smartphone/handphone* yaitu saling mengirim pesan dengan teman yang mengakibatkan tugasnya menjadi tidak terselesaikan kegiatan tersebut sering dilakukan setiap ada tugas pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru.

Peserta didik juga cenderung menyembunyikan bahwa mereka mempunyai tugas, dengan mengatakan akan belajar dikamar dan mengunci pintu kamar namun di dalam kamar para

peserta didik tersebut mengerjakan hal lain seperti mengirim pesan atau berbincang-bincang dengan teman menggunakan *smartphone* dan bermain sosial media diinternet. Peserta didik, mereka beranggapan bahwa jika mengerjakan di sekolah bersama teman-teman akan mempermudah untuk mengerjakan tugas tersebut, dan berdasarkan wawancara pada beberapa peserta didik lain mengatakan bahwa ada yang hanya mencontek karena beranggapan pekerjaan teman lebih benar dibandingkan dengan pekerjaan mereka itu sendiri. Keadaan tersebut tak jarang mengakibatkan mereka terpaksa terlambat dalam mengumpulkan tugas dan masih terdapat beberapa soal yang tidak dikerjakan karena faktor terburu-buru bahkan terdapat peserta didik yang tidak mengumpulkan tugas dikarenakan hal tersebut.

Peserta didik sering terlambat mengumpulkan tugas dan tugas yang tidak selesai tersebut membuat guru mata pelajaran harus melakukan tindakan untuk memberikan efek jera kepada peserta didik. Tindakan yang sering dilakukan oleh guru mata pelajaran matematika dan IPA terhadap peserta didik adalah sanksi mengerjakan tugas tersebut lebih dari satu, diberi tugas baru dan memberikan nilai kepada peserta didik hanya sesuai KKM (

kriteria ketuntasan minimal) saja. akan tetapi hal tersebut tidak membuat peserta didik jera dan tidak melakukan hal itu lagi, namun beberapa peserta didik masih terlambat dalam mengumpulkan tugas, tugas yang dikumpulkan tidak terselesaikan bahkan terdapat peserta didik yang tidak mengumpulkan tugas. Peserta didik mengerjakan soal hanya saat ada guru yang mengawasi dikelas namun ketika guru tersebut keluar kelas para peserta didik tidak mengerjakan bahkan ribut di kelas. Faktor ketidaksukaan peserta didik terhadap guru juga berpengaruh terhadap penundaan tugas mereka, seperti para peserta didik yang tidak menyukai guru mata pelajaran fisika mereka menjadi merasa enggan untuk mengerjakan tugas fisika karena faktor guru tersebut yang dipandang oleh peserta didik merupakan guru yang menyebalkan.

Berdasarkan bentuk dan faktor penyebab *Prokrastinasi* akademik yang telah diungkapkan diatas, tidak dapat dipungkiri bahwa *Prokrastinasi* akademik juga membawa dampak buruk bagi pelakunya atau *prokrastinator* yaitu dalam masa depannya mendatang. Oleh karena itu, perlu diberikan pemahaman mengenai dampak buruk *Prokrastinasi* akademik serta memberikan teknik yang tepat untuk menurunkan *Prokrastinasi* akademik tersebut. Hal tersebut

bertujuan agar peserta didik mempunyai pengaturan waktu yang baik sehingga dapat mengatur waktu untuk belajar dan waktu untuk melakukan hal lain.

Selain itu juga seorang peserta didik harus memiliki motivasi belajar yang tinggi dan memiliki keyakinan diri yang positif terhadap kemampuan dirinya sehingga sesulit apapun tugas yang diberikan tidak akan membuat peserta didik merasa takut dan enggan untuk mengerjakannya selain juga dibutuhkan sikap mandiri dalam diri peserta didik sehingga peserta didik tidak bergantung terhadap orang lain dalam hal mengerjakan tugas. Kebiasaan menunda-nunda tidak hanya terjadi di Indonesia saja, di luar negeri pun fenomena ini bukan merupakan suatu hal yang luar biasa. Hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa *Prokrastinasi* terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya di bidang akademik.

Sehubungan dengan permasalahan tersebut, maka perlu adanya metode lain yang dapat digunakan untuk mengurangi sikap perilaku *Prokrastinasi* , salah satunya yaitu menggunakan metode *role playing*. Zulhaida (Filina 2013) mengatakan bahwa “metode *role playing* merupakan suatu bentuk permainan anak yang aman dan bentuk-bentuk permainan yang

sesuai dengan struktur lingkungan atau permainan-permainan yang pada dasarnya mendramatisasikan tingkah laku dalam hubungannya dengan masalah sosial". Pendapat lain juga dikemukakan oleh Yulia Siska (Karomah 2019) , "yang menyatakan bahwa "*role playing*" dikenal juga dengan sebutan bermain pura-pura, khayalan, fantasi, make believe, atau simbolik".

Tujuan dari metode *role playing* adalah agar penanaman dan pengembangan aspek nilai dan sikap peserta didik akan mudah dicapai. Peserta didik secara langsung memerankan permasalahan yang akan dipecahkan, daripada hanya mendengarkan atau mengamati saja. Makarao (Nuryati et al. 2021), menyatakan bahwa "tujuan *role playing* yang pertama yaitu untuk menggali pengetahuan, pengalaman, pendapat juga sikap peserta didik dalam satu skenario". Kedua, melatih peserta didik untuk menjadi orang lain dan merasakan empati terhadap peran yang dimainkannya. Sehingga peserta didik diajarkan untuk menghayati suatu kejadian atau peristiwa yang sebenarnya dalam realitas kehidupan nyata.

Menurut Shepherd (2010:141), "*role playing* memungkinkan peserta didik untuk berlatih atau praktek kemampuan sosial dalam suatu lingkungan yang

aman, dalam kelas dimana kemampuan tersebut diajarkan". *Role playing* juga memberikan kesempatan kepada guru dan teman-teman untuk berlatih kemampuan sosial. Kegiatan *role playing* dapat diprogramkan atau dirancang oleh peserta didik atau guru. Setiap peserta yang terlibat dalam kegiatan ini perlu memahami peran dan tanggung jawabnya.

Metode *role playing* perlu diterapkan untuk meningkatkan kemampuan empati karena berdasarkan hasil penelitian Anayanti Rahmawati (Rahmawati 2015) membuktikan bahwa penggunaan metode *role playing* dan alat permainan edukatif dapat meningkatkan empati pada anak kelompok B TK Darul Arqom Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Oleh karena itu, penelitian ini akan menerapkan metode *role playing* untuk meningkatkan kemampuan empati anak Tunalaras dalam Pembelajaran Pengembangan Perilaku Pribadi dan Sosial. Harapannya setelah anak memahami arti pentingnya empati maka ia akan berperilaku yang menunjukkan rasa empati.

Layanan bimbingan kelompok teknik *role playing* dijadikan pilihan layanan untuk Menurunkan *Prokrastinasi* akademik Peserta didik karena layanan bimbingan kelompok merupakan proses

pemberian bantuan dalam situasi kelompok dari konselor kepada klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan yaitu perubahan pada diri klien baik itu dalam bentuk pandangan, sikap, sifat, maupun keterampilan yang lebih memungkinkan peserta didik untuk mewujudkan diri secara lebih optimal dengan tetap memperhatikan potensi yang dimilikinya.

Pada pelaksanaan bimbingan kelompok, dinamika kelompok sengaja ditumbuh kembangkan karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan

semangat kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok, sehingga melalui dinamika kelompok kemampuan berkomunikasi, dan bersosialisasi dengan teman sebaya dapat ditingkatkan. Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti mengangkat permasalahan menjadi sebuah judul penelitian yaitu sebagai berikut "upaya menurunkan *prokrastinasi* akademik peserta didik melalui bimbingan kelompok teknik *role playing* pada kelas viii smp negeri 3 purwareja-klompok tahun pelajaran 2019/2020".

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini bisa disebut metode campuran atau kombinasi (Mixed Methods) adalah suatu metode yang menggabungkan antara metode penelitian kuantitatif dengan metode penelitian kualitatif untuk mendapatkan data yang komprehensif. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang dilaksanakan berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Kemmis dan McTaggart (Alimin, Hartati, and Simarmata 2020), "penelitian tindakan kelas pada hakikatnya berupa rangkaian kegiatan yang terdiri dari empat langkah, yaitu

perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi". "Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama" (Arikunto 2006)

Subjek penelitian ini adalah 10 siswa yang memiliki masalah prokrastinasi akademik. Jenis tindakan yang dilakukan adalah layanan bimbingan konseling kelompok teknik Role Playing. Data diperoleh dengan angket, observasi dan wawancara. Analisis data digunakan analisis deskriptif prosentase.

Definisi operasional bertujuan membuat konsep secara operasional mengarah kepada penyusunan instrumen penelitian. Efektifitas Bimbingan Kelompok dengan teknik *role playing* untuk menurunkan *prokrastinasi* peserta didik, yang peneliti definisikan sebagai berikut:

- a. Bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* merupakan suatu proses bantuan layanan yang diberikan kepada peserta didik, agar dapat mengenal dirinya, memahami dirinya, berani mengungkapkan perasaan pikiran dengan mengikuti aturan dalam *role playing*.
- b. Prokrastinasi akademik mencakup beberapa hal diantaranya Menunda

dalam mengerjakan tugas-tugas sekolahnya, Belajar ketika menjelang ujian sekolah, Peserta didik juga cenderung menyembunyikan bahwa mereka mempunyai tugas, Peserta didik beranggapan bahwa jika mengerjakan di sekolah bersama teman-teman akan mempermudah untuk mengerjakan tugas tersebut, sering terlambat mengumpulkan tugas dan tugas yang tidak selesai tersebut membuat guru mata pelajaran harus melakukan tindakan untuk memberikan efek jera kepada peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada guru bimbingan dan konseling layanan bimbingan kelompok telah dilaksanakan di SMP Negeri 3 Purwareja Klampok. Namun pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan secara insidental, jika dirasa diperlukan dan dilaksanakan pada saat jam pelajaran bimbingan dan konseling. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan durasi 1 jam pelajaran 40 menit. Tahapan dalam bimbingan kelompok tidak terlaksana dengan baik karena

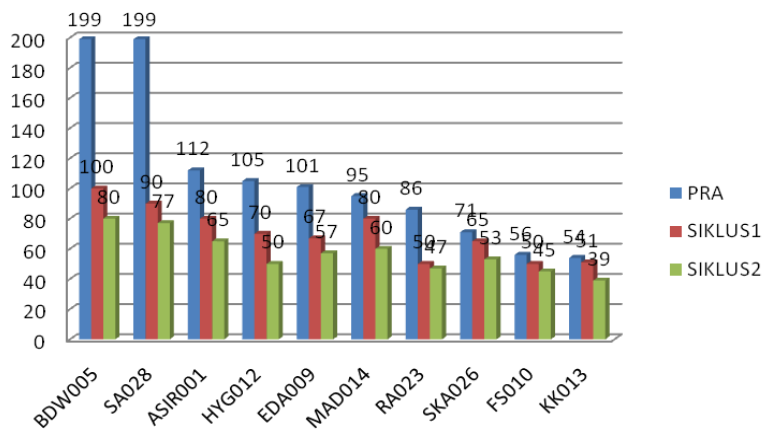
tidak semua tahapan dilaksanakan. Guru bimbingan konseling belum mencoba menggunakan teknik-teknik sesuai dengan perkembangan keilmuan bimbingan konseling. Beberapa hal tersebut yang menjadi penyebab pelaksanaan bimbingan kelompok disekolah belum optimal.

Kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik Role Playing dilaksanakan selama \pm 40 menit dalam 3 kali pertemuan di ruang BK SMP Negeri 3 Purwareja Klampok pada jam setelah pulang sekolah. Tahapan bimbingan

kelompok dengan teknik Role Playing sesuai dengan tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok pada umumnya, yakni tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan/inti dan tahap pengakhiran. Dalam tahap kegiatan di isi dengan bermain peran/*role playing* yang disesuaikan dengan indikator dalam prokrastinasi. Aturan dalam *role playing* digunakan dalam tahap kegiatan, namun ada modifikasi dalam, skenario bermain peran/*role playing* yang harus disampaikan, memainkan permainan, mendiskusikan kasus bersama anggota yang lain. Tugas-tugas tersebut sesuai dengan materi untuk menurunkan prokrastinasi peserta didik. Selama proses kegiatan bimbingan kelompok pada setiap pertemuan dilakukan evaluasi dan pemberian tugas individu sesuai dengan indikator dalam prokrastinasi akademik, tugas individu ini bertujuan untuk selalu mengingatkan

siswa tentang apa yang sudah dilakukannya untuk meningkatkan prokrastinasi akademik. Evaluasi dilakukan pada setiap pertemuan secara lisan dan tertulis. Jenis kelompok yang digunakan dalam penelitian ini adalah kelompok tugas, yakni pelaksanaan bimbingan kelompok dengan membahas topik-topik tertentu yang berasal dari pemimpin kelompok. Topik yang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok dikaitkan dengan aspek menunda dalam mengerjakan tugas-tugas sekolahnya, Belajar ketika menjelang ujian sekolah, Peserta didik juga cenderung menyembunyikan bahwa mereka mempunyai tugas, Peserta didik beranggapan bahwa jika mengerjakan di sekolah bersama teman-teman akan mempermudah untuk mengerjakan tugas tersebut, sering terlambat mengumpulkan tugas dan tugas yang tidak selesai.

Gambar 1. Penurunan Prokrastinasi Akademik tiap Siklus



Pada Gambar 1 dapat diamati bahwa terdapat penurunan skor pada pra siklus, siklus I dan Siklus II. , hal ini menandai bahwa terdapat penurunan skor hasil pengukuran prokrastinasi pada anggota kelompok pada saat sebelum diberikan treatment dan setelah diberikan treatment berupa kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik role playing. Peningkatan hasil tersebut merupakan dampak dari treatment

Dari hasil analisis angket dari Pra-tindakan, siklus I, sampai ke siklus II. Dimana hasil angket yang diperoleh setelah tindakan di siklus I 30%, dan siklus II meningkat menjadi 80%. Dan ini terlihat jelas bahwa setiap siklusnya mengalami peningkatan dan sudah mencapai target keberhasilan tindakan yang diharapkan.

Penurunan prokrastinasi akademik tersebut dikarenakan adanya pemahman, pembiasaan dan penguatan yang diberikan. Faktor prokrastinasi akademik antara lain: ketidakmampuan manajemen waktu, menetapkan prioritas, karakteristik tugas, dan karakter individu. Ketidakmampuan manajemen waktu yaitu kemampuan

berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing ngga dilaksanakan dengan sungguh-sungguh sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan, walaupun terjadi beberapa hambatan saat kegiatan berlangsung. Hambatan yang terjadi antara lain, beberapa siswa belum percaya diri, siswa belum mengikuti kegiatan dengan maksimal, waktu dalam pelaksanaan terbatas.

siswa untuk manajemen waktu yang berbeda-beda, meliputi: membagi waktu untuk mengerjakan tugas dan merencanakan mengerjakan tugas. Penetapan prioritas yaitu perbedaan kemampuan siswa dalam menentukan prioritas utama yang harus dilakukan secara urut sesuai dengan kepentingan, yang meliputi: prioritas siswa adalah belajar namun, kenyataanya lebih memilih aktifitas lain yang kurang bermanfaat. Faktor karakteristik tugas yaitu masing-masing siswa memiliki pandangan berbeda pada mata pelajaran tertentu.

SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa :

a. Implementasi layanan bimbingan

kelompok secara signifikan efektif dalam menurunkan Prokrastinasi Akademik Peserta didik Melalui

Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing pada Kelas VIII SMP Negeri 3 Purwareja-Klampok Tahun Pelajaran 2019/2020. Beberapa faktor yang dianggap menunjang dalam menurunkan prokrastinasi peserta didik, yakni: kesesuaian antara topik bimbingan dengan motivasi peserta didik dalam menurunkan prokrastinasi akademik

- b. Tingkat Prokrastinasi Akademik Peserta didik Melalui Bimbingan Kelompok Teknik *Role Playing* pada Kelas VIII SMP Negeri 3 Purwareja-Klampok Tahun Pelajaran 2019/2020 setelah mendapatkan tindakan sebanyak 2 siklus sudah tergolong

menurun. terbukti dari kondisi awal di siklus I 30% sedangkan pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 80%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terjadi perubahan yang signifikan dalam upaya guru bimbingan dan konseling untuk menurunkan prokrastinasi akademik peserta didik kelas VIIIA melalui teknik *role playing* di SMP N 3 Purwareja-Klampok. Pada tahap refleksi siklus II ini terjadi peningkatan sehingga penelitian tidak dilanjutkan ke siklus ke III karena prokrastinasi akademik peserta didik sudah memenuhi kriteria yang telah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfina, Irma. 2014. "Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Akselerasi." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2(1).
- Alimin, Al Ashadi, Mesterianti Hartati, and Mai Yuliasri Simarmata. 2020. "Pelatihan Penulisan Karya Tulis Ilmiah Kepada Guru Smp Se-Kota Pontianak." *GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. "Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktik." *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Filina, Zulhaida. 2013. "Efektifitas Metode Role Playing Untuk Meningkatkan Kosakata Kosakata Anak Tunarungu." *E-Jupekhu (Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus)* 1(1).
- Ghufron, Muhammad Nur. 2014. "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Regulasi Diri Dalam Belajar." *Quality: Journal of Empirical Research in Islamic Education* 2(1).
- Indra, Syaiful. 2016. "Efektivitas Team Assisted Individualization Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik." *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling* 1(2).
- Karomah, Melisa. 2019. "Pengembangan RPP IPS SD Materi Proklamator Kemerdekaan

Indonesia Yang Mengintegrasikan 4C, PPK, Literasi, Dan Hots.” *Pedagogia: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar Indonesia* 1.

Nuryati, Nuryati et al. 2021. “Metode Role Playing Dalam Meningkatkan Motivasi Berprestasi Anak Usia Dini Selama Masa Learning From Home.” *As-Sibyan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6(2).

Prayitno., Amti. 2015. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Rahmawati, Anayanti. 2015. “Metode Bermain Peran Dan Alat Permainan Edukatif Untuk Meningkatkan Empati Anak Usia Dini.” *Jurnal Pendidikan Anak* 3(1).