

Efektivitas Model *Peer Counseling* dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik

Alfina Wimar Ramadhani¹⁾, M. Hafidz Ahdiansyah²⁾✉, Widya Novi Angga.³⁾

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP¹

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP²

Universitas Ivet, Bimbingan dan Konseling, FKIP³

✉ (hafidz.ahdiansyah@gmail.com), Universitas Ivet.

Info Articles

Sejarah Artikel:

Disubmit : 1 Nopember
2023

Direvisi : 5 Nopember 2023

Disetujui : 7 Nopember
2023

Dipublikasi: 1 Desember
2023

Keywords:

*peer counseling, group
counseling services,
procrastination*

Abstrak

Prokrastinasi akademik merupakan keterlambatan yang disebabkan oleh peserta didik yang sengaja menepikan tugas dengan menunda-nunda karena motivasi yang tidak rasional. Prokrastinasi akademik ini tentu saja akan menjadi kebiasaan buruk yang merugikan peserta didik kedepannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan Efektivitas dari layanan konseling kelompok dengan model peer counseling dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa/siswi SMK Islam Al-Bisyri Semarang Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan design one group pretest-posttest design. Hasil pengolahan data diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik peserta didik dari hasil pretest didapatkan skor rata-rata 81,38. Setelah mendapatkan treatment peserta didik di tes kembali dengan adanya penurunan prokrastinasi akademik yang berupa hasil posttest dengan skor rata-rata sebesar 53,75. Dari hasil T-test Paired Sample, dapat diketahui nilai Sig(2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata antara pretest posttest, yang artinya terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan model peer counseling dalam mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa kelas X SMK Islam Al-Bisyri Semarang.

Kata kunci: peer counseling, Layanan konseling kelompok, prokrastinasi.

Abstract

Academic procrastination is a delay caused by students intentionally neglecting tasks and postponing them due to irrational motivations. Academic procrastination, of course, becomes a bad habit that disadvantages students in the future. The aim of this research is to prove the effectiveness of group counseling services with peer counseling techniques in reducing academic procrastination among students at Al-Bisyri Islamic Vocational High School in Semarang. This research uses a quantitative method, and the type of research is an experiment with a one-group pretest-posttest design. The results of data processing show that the level of academic procrastination among students, as determined by the pretest, had an average score of 81.38. After receiving the treatment, the students were retested, resulting in a decrease in academic procrastination, as indicated by the posttest with an average score of 53.75. From the results of the Paired Sample t-test, it is known that the Sig value (2-tailed) is $0.000 < 0.05$. Therefore, H_0 is rejected, and H_1 is accepted. It can be concluded that there is a significant difference in the mean scores between the pretest and posttest, indicating the influence of group counseling services with peer counseling techniques in reducing academic procrastination among 10th grade students at Al-Bisyri Islamic Vocational High School in Semarang.

Keywords: peer counseling, group counseling services, procrastination

PENDAHULUAN

Membangun standar pengajaran yang lebih tinggi di kelas memerlukan pembinaan prestasi akademik. Menurut laporan Programe for International Student Assesment(Turner and Adams 2007) prestasi belajar peserta didik Indonesia menempati peringkat ke-64 dari seluruh negara dalam survei PISA (OECD, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan akademik peserta didik di Indonesia masih dikategorikan rendah. Yang menjadi faktor rendahnya keberhasilan akademik peserta didik salah satunya adalah kurangnya motivasi belajar akibat prokrastinasi akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan Efektivitas dari layanan konseling kelompok dengan model peer counseling dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa/siswi SMK Islam Al-Bisyri Semarang.

Dijelaskan bahwa terdapat dua jenis prokrastinasi, yaitu fungsional prokrastinasi dan disfungsional prokrastinasi. Fungsional prokrastinasi adalah penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan memperoleh informasi yang lebih lengkap atau akurat. Disfungsional prokrastinasi adalah penundaan yang tidak bertujuan sehingga berakibat buruk dan menimbulkan masalah. salah satu disfungsional prokrastinasi adalah penundaan tugas yang merugikan atau prokrastinasi akademik (Ghufron 2014).

Ellis dan Knaus (Westri 2016) mengatakan bahwa prokrastinasi

akademik adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dalam proses penghindaran tugas. Solomon dan Rothblum (Westri 2016) secara lebih jelas membagi kinerja tugas akademik dalam beberapa area yang lebih spesifik yaitu: (1) Tugas mengarang, (2) Tugas belajar menghadapi ujian, (3) Tugas membaca, (4) Tugas administratif, (5) Menghadiri pertemuan akademik, dan (6) Performansi tugas akademik secara keseluruhan. Penelitian ini membahas tentang masalah penundaan yang tidak bertujuan dalam tugas akademik secara keseluruhan. Sasaran dalam penelitian ini adalah para peserta didik yang mengalami masalah dalam menunda tugas dengan alasan yang merugikan dirinya sendiri atau disebut juga prokrastinasi akademik.

Untuk mengatasi masalah prokrastinasi akademik, sudah banyak yang menggunakan layanan konseling kelompok, tetapi disini peneliti akan mengkombinasikan layanan konseling kelompok dengan model peer counseling (Ginting 2016). Temuan penelitian ini diharapkan dapat memajukan pemahaman kita mengenai konseling kelompok dan peer counseling, khususnya yang berkaitan dengan pengembangan teori konseling kelompok dengan model peer counseling, yang digunakan untuk mereduksi prokrastinasi akademik (Ertik Indrawati 2014).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang peneliti gunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif pre-eksperimental. metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu yang berlangsung secara ilmiah dan sistematis dimana pengamatan yang dilakukan mencakup segala hal yang berhubungan dengan objek penelitian, fenomena serta korelasi yang ada diantaranya (Sugiono 2016) . penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti (Hadi 2014).

Design penelitian ini yaitu one group pretest-posttest design. Menurut Sumadi Suryabrata one group pretest-posttest design adalah penelitian satu kelompok saja tanpa kelompok perbandingan. Pretest dilakukan sebelum diberikan perlakuan dan posttest dilakukan setelah perlakuan (Suryabrata 2014) .

Objek dalam penelitian ini yaitu: siswa/siswi kelas x SMK Islam Al-Bisyri Semarang yang mengalami perilaku prokrastinasi akademik. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada

penelitian ini yaitu wawancara, angket, dan dokumen tertulis. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah purposive sampling (pengambilan sampel berdasarkan tujuan). Kriteria yang dibutuhkan dalam menentukan sampel adalah peserta didik yang terindikasi memiliki perilaku prokrastinasi akademik tinggi berdasarkan hasil angket prokrastinasi akademik. Analisis data penelitian ini dilakukan dengan analisis statistik. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial. Analisis statistik deskriptif, mendeskripsikan atau memberikan gambaran data dalam bentuk tabel, grafik, histogram dari nilai rata-rata agar mudah dalam memperoleh gambaran mengenai sifat/karakter dari data tersebut. Sedangkan analisis inferensial untuk menguji hipotesis (Arikunto 2006). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji T, T-Test sampel berpasangan (*paired samples t-test*) dengan menggunakan program bantuan SPSS versi 23.

HASIL

Untuk mengetahui gambaran umum tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas

X SMK Islam AL-Bisyri Semarang, peneliti memberikan angket pretest yang sudah diuji coba. Berdasarkan hasil pengerjaan angket pretest prokrastinasi akademik, peneliti menggolongkan menjadi 3 kategori sesuai dengan perhitungan. Skor 75-100 adalah tinggi, skor 49-74 adalah sedang, skor 25-48 adalah rendah. Peneliti menggunakan pertanyaan favorable untuk setiap item yang ada pada angket prokrastinasi akademik, sehingga semakin tinggi skor yang didapat peserta didik dari pengisian angket, maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik yang dialami. Hasil pengisian angket pretest dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel Distribusi Prokrastinasi Akademik
Siswa/Siswi Kelas X SMK Islam Al-Bisyri Semarang**

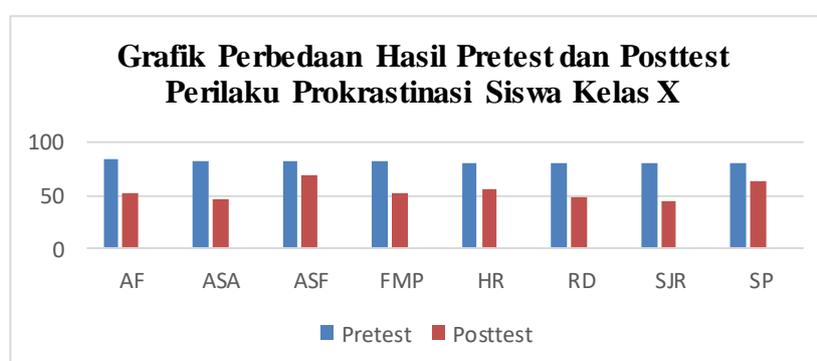
No	Skor	N	F	Kategori
1.	25-48	0	0%	Rendah
2.	49-74	21	72%	Sedang
3.	75-100	8	28%	Tinggi
Jumlah =		29	100%	

Berdasarkan informasi di atas, diketahui bahwa sebanyak 8 siswa di kategori tinggi dengan persentase 28%, 21 siswa di kategori sedang dengan persentase 72%, dan 0 siswa dengan kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik kelas X SMK Iskam Al-Bisyri Semarang masih cenderung tinggi. Dengan demikian, peneliti bermaksud menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa SMK Islam AL-Bisyri Semarang dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling*.

peneliti kemudian mengambil 8 orang siswa dari 29 siswa untuk dijadikan sampel dengan hasil skor angket tertinggi. Dari hasil pretest pada sampel penelitian ini didapatkan skor rata rata 81,38. Setelah mengetahui hasil awal skor pretest, kemudian sampel yang berjumlah 8 siswa ini diberikan layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling* untuk mereduksi prokrastinasi akademik yang mereka alami. Adapun hasil *peretest posttest* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel Hasil Pretest dan Posttest Sampel Penelitian

No.	Responden	Skor Pretest	Kategori	Skor Posttest	Kategori
1.	AF	83	Tinggi	51	Rendah
2.	ASA	82	Tinggi	47	Rendah
3.	ASF	82	Tinggi	69	Sedang
4.	FMP	82	Tinggi	51	Rendah
5.	HR	81	Tinggi	56	Sedang
6.	RD	81	Tinggi	48	Rendah
7.	SJR	80	Tinggi	45	Rendah
8.	SP	80	Tinggi	63	Sedang
Σ		651		430	
Mean		81,38		53,75	



Gambar 4.1 Grafik Perbedaan Hasil *Pretest-Posttest*.

Dilihat dari grafik di atas, kita dapat mengetahui perubahan skor siswa terhadap layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling* yang telah diberikan untuk mengatasi perilaku prokrastinasi akademik, maka peneliti menyajikan data skor hasil *posttest* seperti tertera diatas. Dari hasil *posttest* dapat diketahui bahwa 8 siswa yang menjadi

sampel penelitian ini seluruhnya mengalami penurunan perilaku prokrastinasi akademik setelah mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok dan diberikannya perlakuan dengan model *peer counseling*.

Kemudian untuk menguji hipotesis, peneliti melakukan uji *T-Test Paired Samples* dan ditemukan hasil sebagai berikut:

Berdasarkan tabel *output* di atas, diketahui nilai *Sig(2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan

bahwa terdapat perbedaan rerata antara pretest posttest, yang artinya terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling* dalam mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa kelas 10 SMK Islam Al-Bisyri Semarang.

PEMBAHASAN

Layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling* diberikan kepada sampel penelitian sebanyak 4 kali pertemuan. Topik permasalahan berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari. *Peer counseling* dilakukan oleh teman sebaya yang berperan menjadi pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok berasal dari siswa yang juga pernah mengalami prokrastinasi akademik (Uke, Ramli, and Triyono 2017). *Konseling sebaya* adalah sebuah konseling yang

diberikan oleh konselor sebaya yang sebelumnya sudah dibimbing sehingga ia dapat memberikan bantuan secara pribadi dan kelompok kepada teman temannya yang memiliki masalah yang sama (Puji Astiti 2019).

Tabel Hasil Uji T Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Paired pretest - posttest	29.375	7.090	2.507	23.448	35.302	11.719	7	.000

Hasil pengujian statistik yang telah dilakukan setelah pemberian treatment dengan Uji T-test Paired Sample diperoleh hasil sebesar Berdasarkan table output di atas, diketahui nilai Sig(2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata antara pretest posttest, yang artinya terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan model peer counseling dalam mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa kelas 10 SMK Islam Al-Bisyri Semarang.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor yang signifikan antara hasil pretest dan hasil posttest. Hasil pretest $>$ dari hasil posttest yaitu $81,83 > 53,75$ yang menyatakan bahwa hasil tersebut mengalami penurunan pada skor posttest dimana bisa disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan model peer counseling berpengaruh untuk mengatasi prokrastinasi akademik pada siswa kelas X SMK Islam Al-Bisyri Semarang, dengan selisih rata rata skor antara pretest dan posttest adalah 49,11. Sehingga dapat dikategorikan bahwa sampel yang digunakan pada penelitian ini berhasil menurunkan tingkat prokrastinasi akademik dari yang tinggi menjadi rendah setelah diberikan perlakuan.

Artinya konseling kelompok dengan peer counseling efektif dalam menurunkan kecenderungan prokrastinasi akademik

pada siswa kelas X di SMK Islam Al-Bisyri Semarang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Varenhorst (dalam jurnal Sabila 2021) yang mengemukakan bahwa peer counseling adalah upaya yang dapat mempengaruhi perubahan sikap dan perilaku yang cukup efektif untuk membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan diri mereka sendiri. Konseling teman sebaya tepat diterapkan untuk mengurangi prokrastinasi akademik karena di usia 16-18 tahun, siswa memiliki solidaritas yang tinggi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Nickerson & Nagle (2005) (dalam jurnal Uke 2017), yang menemukan bahwa selama masa remaja, komunikasi dan kepercayaan kepada orang tua berkurang, dan remaja beralih ke teman sebaya untuk memecahkan masalah mereka. Menurut penelitian Nickerson, teman sebaya adalah pendengar yang efektif untuk membantu siswa dalam mengurangi permasalahannya apalagi dalam prokrastinasi akademik. Dari penelitian ini, orang tua dan guru harus memberi dukungan atas peran dari teman sebaya sebagai pendorong perubahan motivasi dan penurunan masalah yang dihadapi oleh peserta didik. Maka penelitian ini, dapat dijadikan dasar pada penelitian selanjutnya untuk menggunakan layanan konseling kelompok dengan model peer counseling. Model peer counseling ini sangatlah fleksibel untuk mengatasi berbagai

masalah yang dihasilkan dari aspek lain, pengambilan seperti manajemen diri dan kemampuan keputusan, atas dasar keefektifannya dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Model *peer counseling* Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa/Siswi Kelas X SMK Islam Al-Bisyri Semarang, dapat disimpulkan bahwa bahwa layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling* efektif menurunkan perilaku prokrastinasi akademik peserta didik kelas X SMK Islam Al-Bisyri Semarang, hal ini telah dibuktikan melalui penelitian yang dapat dilihat dari perilaku siswa selama kegiatan belajar mengajar.

Hasil *pretest* didapatkan skor rata-rata 81,38. Setelah mendapatkan treatment peserta didik di tes kembali dengan adanya penurunan prokrastinasi akademik yang berupa hasil *posttest* dengan skor rata-rata sebesar 53,75.

Hasil *T-test Paired Sample*, diketahui nilai *Sig(2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata antara *pretest-posttest*, yang artinya terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan model *peer counseling* dalam mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa kelas x SMK Islam Al-Bisyri Semarang.

Sehingga rumusan masalah pada penelitian ini mendapatkan jawaban bahwa layanan Konseling Kelompok dengan Model *peer counseling* efektif dalam menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X SMK Islam Al-Bisyri Semarang. Besarnya selisih penurunan yang dialami peserta didik dari hasil skor *pretest-posttest* peserta didik adalah sebesar 27,63%.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. "Prosedur Penelitian Suatu Tindakan Praktik." *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Ertik Indrawati, Setyorini dan Sumardjono Padmomartono. 2014. "MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF MENGGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIORAL DENGAN LATIHAN ASERTIF PADA SISWA KELAS IX SMP NEGERI 2 SALATIGA." *Satya Widya* 30 NO.1(Bimbingan dan Konseling): 2-3.

- Ghufron, Muhammad Nur. 2014. "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Regulasi Diri Dalam Belajar." *Quality: Journal of Empirical Research in Islamic Education* 2(1).
- Ginting, Rafael Lisinus. 2016. "Teknik Sosiodrama Untuk Mengurangi Konformitas Yang Berlebihan Pada Siswa (Penelitian Pra-Eksperimen Terhadap Siswa Kelas IX Sekolah Menengah Pertama." *Diversita* 2(Bimbingan dan Konseling): 25.
- Hadi, Sutrisno. 2014. "Metodologi Research." *Universitas Gajah Madha*.
- Puji Astiti, Shofi. 2019. "Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa." 1 no.2.
- Sabila, Farah Nur, Ririanti Rachmayanie J, and Rizky Ildiyanita. 2021. "Upaya Meningkatkan Resiliensi Akademik Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Peer Counseling Pada Siswa Kelas Vii Smp Gibs Barito Kuala." *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Lambung Mangkurat* 4(4): 1–9.
- Sugiono. 2016. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D." *Bandung: Alfabeta*.
- Suryabrata. 2014. PT. Raja Grafindo Persada *Metodologi Penelitian*.
- Turner, Ross, and Raymond J. Adams. 2007. "The Programme for International Student Assessment: An Overview." *Journal of Applied Measurement* 8(3).
- Uke, Gorez Ora, M Ramli, and Triyono. 2017. "Keefektifan Pemodelan Sebaya (Peer Modeling) Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa SMK." *Jurnal pendidikan* 2(2): 173–78.
- Westri, Prima. 2016. "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Diskusi Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tasikmadu Tahun Pelajaran 2016 / 2017." *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling* 16(2).