



**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGATASI PROKRASTINASI  
KELAS XI IPS SMAN 2 KOTA TEGAL**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**DIVIA FEBY EKA ALRIANTO**

**NPM 17110144**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**

**2022**



**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGATASI PROKRASTINASI  
KELAS XI IPS SMAN 2 KOTA TEGAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI  
SEMARANG untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan**

**OLEH**

**DIVIA FEBY EKA ALRIANTO**

**NPM 17110144**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG**

**2022**

**SKRIPSI**

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGATASI PROKRASTSINASI  
PADA SISWA KELAS XI IPS SMAN 2 TEGAL**

**Disusun dan diajukan oleh**

**DIVIA FEBY EKA ALRIANTO  
17110144**

**Telah disetujui oleh pembimbing untuk dilanjutkan  
di hadapan Dewan Penguji pada tanggal 8 Desember 2021**

**Pembimbing I**



**Dr. Dini Rakhmawati,S.Pd.,M.Pd  
NPP.088501216**

**Pembimbing II**



**Ismah,S.Ag.,M.Pd  
NPP.117301364**

**SKRIPSI**

**KEEFEKTIFAN KONSELING BEHAVIOR DENGAN TEKNIK  
KONTRAK PERILAKU UNTUK MENGATASI PROKRASTISASI  
PADA SISWA KELAS XI IPS SMAN 2 KOTA TEGAL**

**Yang disusun dan diajukan oleh**

**DIVIA FEBY EKA ALRIANTO**

**NPM 17110144**

**telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 28 Januari 2022  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

**Dewan Penguji**

**Ketua,**

**Sekretaris**



**Muniroh Munawar, S.Pi., M.Pd**  
NPP. 097901230

**Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons**  
NPP. 106701254

**Penguji I**

**Dr. Dini Rakhmawati, S.Pd., M.Pd**  
NPP. 088501216

**Penguji II**

**Ismah, S.Ag., M.Pd**  
NPP. 117301364

**Penguji III**

**Dra. Tri Hartini, M.Pd., Kons**  
NPP. 055201319

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### **Motto:**

1. “Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri” (QS.Ar Ra’d :11 )
2. “Dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya” ( QS. An Najm : 39 )
3. “Berusahalah untuk tidak jadi manusia yang berhasil, tapi berusahalah menjadi manusia yang berguna” (Albert Einstein)

### **Persembahan:**

Kupersembahkan skripsi ini untuk:

1. Untuk kedua orangtua tercinta Ibu Nur Rofiqoh dan Bapak Didik Alrianto yang selalu memberikan doa dan motivasi sepenuhnya.
2. Untuk adek-adekku yang selalu memberikan dukungan dan semangatnya.
3. Almamaterku UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Divia Feby Eka Alrianto

NPM : 17110144

Prodi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya buat ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila pada kemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Semarang, 24 November 2021  
Yang membuat pernyataan



Divia Feby Eka Alrianto  
NPM 17110144

## Abstrak

**Divia Feby Eka Alrianto** NPM 17110144. “Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Kelas XI IPS SMAN 2 Tegal”. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Semarang. Pembimbing I: Dr.Dini Rakhmawati,S.Pd. M.Pd. Pembimbing II: Ismah, S Ag., M.Pd. 2021.

Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Kelas XI IPS SMAN 2 Tegal. Program Studi Bimbingan dan konseling fakultas ilmu pendidikan Universitas PGRI Semarang.

Latar belakang yang mendorong penelitian ini adalah tingginya prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2. Hal tersebut disebabkan kurangnya kesadaran disiplinnya siswa terhadap tanggung jawabnya sebagai peserta didik.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku efektif dalam mengatasi prokrastinasi siswa? Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Kelas XI IPS SMAN 2 Tegal dilihat dari hasil hipotesis penelitian eksperimen.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dalam bentuk one group pretest-posstest design. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal yang berjumlah 124 siswa. Sampel yang diambil adalah 6 siswa dari XI IPS 1,2,3 dan 4, dengan menggunakan teknik sample random purposive sampling. Data yang diperoleh melalui analisis hasil pretest.

Hasil analisis angket Pre Test dan Post test siswa menunjukkan rata-rata presentase pre test (87,2%) yang termasuk kriteria tinggi, presentase rata-rata post test (52,8%) termasuk kategori rendah dengan presentase penurunan (34,3%). Serta berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui Asymp Sig (2 –tailed) 0,027 lebih kecil dari  $<0,05$  ,kesimpulanya bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku efektif dalam mengatasi prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.

Berdasarkan hasil penelitian ini saran yang dapat disampaikan adalah upaya layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dapat digunakan sebagai alternative guru BK dalam memberikan suatu layanan.

**Kata kunci: prokrastinasi, konseling kelompok, teknik kontrak perilaku.**

## PRAKATA

Dengan memanjatkan puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Rektor Universitas PGRI Semarang, Bapak Dr. Muhdi, S.H., M.Hum. yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas PGRI Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Ibu Muniroh Munawar, S.Pi., M.Pd. yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian .
3. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Bapak Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons. Yang telah menyetujui skripsi penulis.
4. Dosen pembimbing I, Ibu Dr.Dini Rakhmawati,S.Pd.,M.Pd atas segala bimbingan, arahan serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Dosen Pembimbing II, Ibu Ismah, S Ag.,M.Pd. atas segala bimbingan, arahan serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberi bekal ilmu kepada penulis selama belajar di Universitas PGRI Semarang.
7. Kepala Sekolah SMAN 2 Tegal, Ibu Sri Ningsih, S.Pd, M.Pd atas pemberian izin penelitian di instansi yang dipimpinnya.

8. Kedua orangtua tercinta, Ibu Nur Rofiqoh dan Bapak Didik Alrianto yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat, serta atas kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah penulis.
9. Untuk adek penulis, Dwiky Djulyan Alrianto, Dicky Bintang Alrianto, dan Devina Putri Alrianto yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
10. Dan seluruh teman-teman Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2017.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan yang terdapat dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu penulis minta maaf kepada semua pihak yang merasa kurang berkenan akan skripsi ini. Namun demikian, peneliti selalu berusaha untuk memberikan yang terbaik. Kiranya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membacanya

Semarang, 24 November 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR.....	i
SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Pembatasan Masalah .....	10
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Manfaat Penelitian .....	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	13
A. Prokrastinasi.....	13
1. Pengertian Prokrastinasi .....	13

2.	Ciri-Ciri Prokrastinasi .....	14
3.	Aspek-Aspek Prokrastinasi .....	17
4.	Faktor Penyebab Prokrastinasi .....	20
5.	Upaya Mengatasi Prokrastinasi .....	22
6.	Dampak Prokrastinasi.....	27
B.	Konseling Kelompok .....	28
1.	Pengertian Konseling Kelompok.....	28
2.	Tujuan konseling kelompok .....	29
3.	Tahap-tahapan Konseling Kelompok .....	30
C.	Kontrak Perilaku .....	32
1.	Pengertian Kontrak Perilaku.....	32
2.	Tujuan Kontrak Perilaku .....	33
3.	Tahapan Pembuatan Kontrak Perilaku .....	34
D.	Kerangka Berpikir .....	36
E.	Hipotesis Penelitian .....	37
<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN .....</b>		<b>39</b>
A.	Tempat Dan Waktu Penelitian .....	39
B.	Variabel Penelitian .....	40
C.	Metode dan Desain Penelitian.....	41
D.	Desain Eksperimen.....	43
1.	Populasi, Sampel , dan Sampling .....	43
2.	Pelaksanaan .....	44
3.	Akhir Eksperimen.....	45
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	45
1.	Metode Skala .....	45

2. Instrumen Penilaian .....	46
3. Uji coba Validitas Dan Realibitas .....	51
F. Teknik Analisis Data.....	56
G. Hipotesis Statistik .....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
A. Deskripsi Subyek Penelitian .....	59
B. Deskripsi Subyek Pelaksanaan Eksperimen.....	60
C. Deskripsi Data Pre Test Dan Post Test .....	68
D. Uji Analisis Data.....	75
E. Pembahasan.....	79
BAB V PENUTUP.....	84
A. Simpulan .....	84
B. Saran.....	85
C. Keterbatasan Penelitian.....	86
DAFTAR PUSTAKA .....	88
LAMPIRAN.....	92

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Kegiatan Penelitian .....	39
Tabel 3.2 Bentuk Penskalaan Likert .....	46
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> .....	47
Tabel 3.4 Kategori Tingkatan Prokrastinasi.....	49
Tabel 3.5 Skala Uji Coba Prokrastinasi .....	49
Tabel 3.6 Uji Validitas .....	53
Tabel 3.7 Reliability Statistics .....	55
Tabel 3.8 <i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Sesudah <i>Try Out</i> .....	55
Tabel 4.1 Pretest.....	69
Tabel 4.2 Posttest .....	70
Tabel 4.3 Perilaku Sesudah diberikan Layanan. ....	72
Tabel 4.4 Penurunan Tiap Aspek Sebelum dan Sesudah diberikan Layanan .....	73
Tabel 4.5 Uji Validitas .....	75
Tabel 4.6 Reliabilitas .....	76
Tabel 4.7 Hasil Uji Wilcoxon .....	77
Tabel 4.8 Hasil Uji Test Statistics.....	78

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Format Kontrak Perilaku .....	35
Gambar 2.2 Kerangka Berpikir .....	37
Gambar 3.1 <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i> .....	42
Gambar 4.1 Diagram perilaku prokrastinasi sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.....	69
Gambar 4.2 Diagram Post Test .....	71
Gambar 4.3 pretest dan posttest .....	72
Gambar 4.4 penurunan pretest dan posttest .....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel populasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.....	93
Lampiran 2. Tabel kisi-kisi rancangan item instrumen skala prokrstinasi.....	97
Lampiran 3. Skala likert penelitian prokrstinasi .....	100
Lampiran 4. Tabel Hasil Uji Validitas .....	103
Lampiran 5. Tabel Hasil Uji Reliability Statistics .....	103
Lampiran 6. Tabulasi hasil pretest .....	104
Lampiran 7. Tabulasi hasil post test.....	104
Lampiran 8. Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL).....	105
Lampiran 9. Format tertulis Kontrak Perilaku. ....	120
Lampiran 10. Format tertulis Kontrak Perilaku. ....	121
Lampiran 11 Format tertulis Kontrak Perilaku. ....	122
Lampiran 12 . Format tertulis Kontrak Perilaku. ....	123
Lampiran 13. Format tertulis Kontrak Perilaku. ....	124
Lampiran 14. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien AI.....	125
Lampiran 15. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien MA.....	133
Lampiran 16. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien FT.....	142
Lampiran 17. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien HM.....	153
Lampiran 18. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien SM .....	163

Lampiran 19 . Tabulasi hasil pretest dan posttest .....	173
Lampiran 20. Dokumentasi Surat Ijin Penelitian.....	174
Lampiran 21. Dokumentasi pelaksanaan try out.....	174
Lampiran 22. Dokumentasi pelaksanaan layanan konseling kelompok .....	175
Lampiran 23. Dokumentasi surat selesai penelitian.....	178
Lampiran 24. Gambar diagram .....	179

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada dasarnya pendidikan adalah suatu hal yang sangat penting untuk menggapai keberhasilan di masa depan. Melalui proses dalam pendidikan setiap individu diharapkan mampu mencapai kemajuan dalam berbagai kehidupan dalam bidang ilmu pengetahuan, teknologi, ekonomi, politik dan sosial. Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa: “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kedisiplinan, dan kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang dibutuhkan bagi dirinya, masyarakat dan bangsa” .

Untuk mencapai tujuan tersebut, pendidikan peserta didik harus dipersiapkan sebaik-baiknya disekolah agar terjadi perubahan tingkah laku yang positif. Peserta didik harus dipersiapkan sebaik-baiknya serta dihindarkan dari segala kendala yang menyalahi segala aturan yang ada disekolah, rumah, atau dimanapun peserta didik berada. Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan pribadi peserta didik. Pendidikan disekolah tidak hanya akademik saja, namun banyak hal yang bisa

diajarkan untuk siswa. Salah satu aspek dalam pembelajaran adalah pemahaman peserta didik dalam belajar, pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan guru untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Pembelajaran yang dilakukan oleh guru merupakan cara yang harus dilakukan dalam proses belajar. Pembelajaran yang dilakukan oleh guru merupakan suatu penguasaan konten tertentu sehingga peserta didik dapat menguasai kompetensi tertentu sesuai proses pembelajaran yang dicapai. Tujuan pembelajaran yaitu perilaku dari hasil belajar yang diharapkan terjadi, atau dikuasai oleh peserta didik setelah mengikuti kegiatan pembelajaran. Proses pembelajaran akan berlangsung dengan baik apabila guru memberikan pembelajaran segenap potensinya dan peserta didik melaksanakan pembelajaran sesuai dengan fakta yang semestinya. Tidak sedikit proses pembelajaran yang dilakukan terkendala dengan perilaku peserta didik yang tidak disiplin dalam proses pembelajaran.

Belajar efisien apabila dapat dilakukan dengan tepat, yaitu dengan jadwal waktu yang benar untuk belajar dengan baik disekolah maupun dirumah, maupun dengan belajar kelompok bersama teman (Roestiah, 2001:17). Peserta didik yang memiliki kesadaran dan tanggung jawab dalam belajar yang baik dalam membagi waktu secara baik dalam belajar salah satu bentuk dari perilaku belajar yang baik.

Seseorang yang belajar berarti sedang berupaya mendapatkan pengetahuan baru agar tercapainya suatu perubahan. Perubahan pada

individu yang belajar tidak hanya berkaitan dengan penambahan ilmu pengetahuan, tetapi juga berbentuk kecakapan, sikap, minat, ketrampilan, dan penyesuaian diri. Jelasnya menyangkut segala aspek dan tingkah laku individu. Oleh karena itu tugas seorang siswa adalah belajar, termasuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan gigih saat menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas.

Fenomena yang sering terjadi di dunia pendidikan adalah salah satunya tidak mengerjakan tugas atau tidak mengumpulkan tugas tepat pada waktunya yang sering dilakukan oleh peserta didik. Masalah tersebut sering terjadi pada peserta didik dalam mengerjakan tugasnya disebut prokrastinasi akademik. Peserta didik yang sering menunda tugasnya, akan membuat peserta didik terganggu dalam proses belajarnya karena dalam tindakan tersebut peserta didik lebih cenderung belajar dengan tidak efektif karena waktu yang kurang.

Faktor umum yang terjadi pada peserta didik saat ini adalah sebagian tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, sering mengulur waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat sehingga waktu terbuang dengan sia-sia. Sebagian perilaku pelajar remaja banyak menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan dimall atau plaza, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan *game online* dan suka menunda waktu pekerjaan, (Savitri, 2011:154).

Berdasarkan hasil AKPD yang dibagikan pada tanggal 30 September 2020 kelas XI IPS 1 menunjukkan ada 2 permasalahan yang paling tinggi “saya masih sering menunda-nunda tugas sekolah\pekerjaan rumah (PR)” dengan hasil 79.1% dan permasalahan “saya kadang-kadang masih suka menyonyek ketika tes” dengan hasil 69%.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan kepada peserta didik saat proses pembelajaran daring berlangsung peserta didik terlambat mengikuti pelajaran, siswa banyak yang tidak mengikuti pelajaran, siswa tidak mendengarkan materi yang dijelaskan, tidak mengerjakan tugas/pekerjaan rumah (PR), tidak mengumpulkan tugas sesuai waktu yang sudah ditentukan dan sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan dan konseling pada tanggal 14 September di SMAN 2 Tegal 2020 mengatakan bahwa permasalahannya yaitu peserta didik sering berbicara dengan teman sebangku ketika sedang proses pembelajaran, datang terlambat ke sekolah, berpakaian tidak rapi, tidak mengerjakan tugas/pekerjaan rumah(PR) dan tidak mengumpulkan tugas sesuai jadwal yang sudah ditentukan.

Wawancara juga dilakukan dengan guru mata pelajaran pada tanggal 12 Oktober 2020 diperoleh informasi bahwa peserta didik tidak disiplin dalam belajar, menurut guru mata pelajaran peserta didik banyak yang mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah(PR) di sekolah, tidak mendengarkan atau tidak fokus dalam mengikuti pelajaran dengan

mengobrol dengan teman sebangku dan sering terlambat datang kesekolah atau setelah jam istirahat.

Hal tersebut menjadi bukti contoh perilaku prokrastinasi semakin memperhatikan. Meningkatnya perilaku prokrastinasi yang dilakukan peserta didik akan membawa dampak yang tidak baik untuk kualitas dan kemajuan sekolah. Perilaku prokrastinasi juga akan memberikan dampak terhadap proses belajar dan prestasi peserta didik. Kondisi tersebut perlu diperhatikan agar perilaku prokrastinasi siswa tidak semakin meningkat, sehingga peserta didik tidak melakukan hal yang merugikan diri sendiri, pihak sekolah, teman, keluarga, dan masyarakat.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2010:17) istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *castinus* yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari esok. Ghufron menambahkan bahwa prokrastinasi merupakan kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas. Gejala perilaku prokrastinasi dalam dunia pendidikan sering disebut dengan prokrastinasi akademik.

Gufon, Risnawati (2010:59) menyebutkan prokrastinasi akademik adalah suatu hal penundaan dalam melakukan kegiatan dengan sengaja bahkan berulang-ulang. Dari definisi tersebut dapat dilihat bahwa perilaku prokrastinasi adalah perilaku yang disengaja, maksudnya faktor-faktor yang menunda penyelesaian tugas berasal dari putusan dirinya sendiri.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2010:6), menyatakan bahwa ada dua faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik. Pertama, faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu. Faktor tersebut antara lain gaya pengasuhan orangtua, kondisi lingkungan dan tugas yang terlalu banyak. Kedua, faktor internal yaitu faktor berasal dari dalam individu meliputi kondisi fisik dan psikologis. Kondisi fisik yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kondisi kesehatan individu misalnya fatigue (kelelahan adalah kondisi di mana selalu merasa lelah, lesu, atau kurang tenaga).

Dalam setting sekolah, layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan konseling. Layanan konseling kelompok merupakan proses komunikasi dengan dinamika kelompok sebagai bantuan yang sangat penting dalam menanggulangi masalah prokrastinasi. Masfufah (2012:20) menyatakan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada beberapa individu yang bergabung dalam suatu kelompok kecil dengan mempunyai permasalahan yang sama (konseli) dan membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya permasalahan yang sedang dihadapi oleh segenap anggota kelompok. Melalui konseling kelompok diharapkan mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik.

Layanan konseling kelompok diberikan untuk mengatasi prokrastinasi yang dilakukan oleh peserta didik dengan menggunakan

teknik kontrak perilaku. Menurut Latipun (2010:95) menjelaskan bahwa kontrak perilaku adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada konseli.

Layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dipandang tepat dalam membantu peserta didik untuk mengurangi perilaku prokrastinasi dan akan tetap konsisten meskipun konseling sudah tidak diberikan. Prayitno (2013: 311) menjelaskan bahwa proses pengentasan masalah individu dalam konseling kelompok mendapatkan dimensi yang lebih luas. Pada layanan konseling kelompok peserta didik dituntut untuk mampu menyampaikan pendapat, saran ataupun ide demi membantu terentaskannya masalah yang dihadapi anggota dalam kelompok. Layanan konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi bagi peserta didik untuk membuat perubahan sikap dan perilaku dengan memanfaatkan potensi dalam dirinya secara optimal.

Menurut Puswanti (2014) Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa “ ada pengurangan tingkat prokrastinasi akademik melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik pada siswa kelas XI Kayu A SMK Negeri I Kalasan, Sleman, Yogyakarta. Hasil analisis data menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok dapat mereduksi prokrastinasi

akademik pada siswa kelas XI Kayu A SMK Negeri I Kalasan, Sleman, Yogyakarta. Menurunnya tingkat prokrastinasi akademik siswa tersebut dapat diketahui dari hasil observasi dan pemberian skala prokrastinasi akademik pretest dan posttest serta hasil mean yang menurun saat pre test dan post test. Menurunnya tingkat prokrastinasi akademik berdasarkan pemberian skala prokrastinasi akademik pretest dan posttest menunjukkan sebelum diberi tindakan berada pada kategori tinggi yaitu dengan jumlah frekuensi 6 sebesar 100%. Setelah diberi tindakan berada pada kategori rendah dengan frekuensi 6 sebesar 100%.

Menurut Widiyastuti dkk (2015) Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik behavioral contract berpengaruh terhadap penurunan prokrastinasi akademik siswa Kelas VIII SMP Negeri 10 Kota Magelang. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik behavioral contract. Selain itu penurunan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa ditandai dengan adanya perbedaan aspek dan indikator prokrastinasi akademik. Salah satunya adalah siswa yang semula sering menunda-nunda untuk mulai bekerja dan menyelesaikan tugas kini menjadi tidak lagi menunda-nunda tugas.

Menurut Triyadi dkk (2020) Hasil penelitian menunjukkan jika hasil analisis skala prokrastinasi kelompok eksperimen dengan menggunakan uji-*t* hasil *post-test* menunjukkan rata-rata kelompok eksperimen sebesar 65% dan kelompok kontrol 70,75%. Sehingga terjadi

penurunan rata-rata pada kelompok eksperimen sebesar 5,75. Pada penghitungan uji-*t* diperoleh hasil thitung (3,58) > ttabel (2,14), maka hipotesis kerja (*H<sub>a</sub>*) diterima dan hipotesis nihil (*H<sub>o</sub>*) ditolak. Disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik realita untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA N 3 Pemasang.

Berdasarkan uraian diatas dan dari berbagai alasan yang melatarbelakangi prokrastinasi peserta didik diperlukan pengkajian dan penelitian lebih lanjut, dengan ini peneliti tertarik meneliti dengan judul “Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Peserta didik terlambat dalam mengikuti proses pembelajaran, terdapat peserta didik yang tidak mengikuti pembelajaran dan tidak mendengarkan penjelasan yang disampaikan oleh guru.
2. Peserta didik tidak mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru.
3. Peserta didik tidak mengumpulkan tugas sesuai waktu yang sudah di tentukan atau menunda-nunda untuk mengerjakan tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR).

4. Peserta didik masih sering menyontek ketika tes.
  5. Peserta didik sering berbicara ketika waktu pelajaran dilaksanakan.
- Peserta didik datang terlambat kesekolah bahkan tidak berpakaian dengan rapi.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada maka peneliti melakukan pembatasan masalah pada prokrastinasi yang dilakukan siswa kelas XI IPS untuk mengetahui Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal?

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat teoritis dan manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan kajian yang lebih luas mengenai Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Pada Siswa Kelas XI IPS SMAN 2
- b. Memberikan pengetahuan dan informasi khususnya bagi peserta didik yang memiliki masalah prokrastinasi.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Peserta Didik

Dapat menyadari bahwa perilaku prokrastinasi akan berdampak buruk bagi proses belajar dan prestasi yang didapatkan, sehingga dapat merugikan siswa itu sendiri.

#### b. Bagi Guru Pembimbing

Dapat menambah bahan pustaka dalam kajian-kajian masalah prokrastinasi dan cara mengatasi perilaku prokrastinasi.

#### c. Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu baru serta dapat dijadikan referensi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik siswa dan penanganannya.

d. Bagi Pembaca

Dapat menambah informasi tentang perilaku prokrastinasi akademik siswa dan cara mengatasi perilaku tersebut.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Prokrastinasi**

##### **1. Pengertian Prokrastinasi**

Prokrastinasi akademik menurut Ghufron & Risnawati (2012:156) adalah: “jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik”. Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara berulang-ulang dengan mengerjakan hal lain diluar tugas akademik.

Ardina & Wulan, (2016:69), mengemukakan bahwa “Prokrastinasi akademik merupakan sebuah kecenderungan untuk menunda kegiatan dan perilaku yang terkait dengan pendidikan”. Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan menunda mengerjakan tugas dan tanggung jawab pada tugas akademik yang dilakukan sengaja dan berujung pada tugas tidak terselesaikan.

Prokrastinasi akademik dengan demikian dapat dikatakan sebagai sebuah kecenderungan untuk sengaja dan berulang-ulang menunda tugas kegiatan yang berhubungan dengan bidang akademik. Prokrastinator (individu yang melakukan prokrastinasi) ini memiliki kesulitan dalam melakukan sesuatu sesuai dengan batasan waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun gagal menyelesaikan tugas akademik sesuai batas waktu.

Berdasarkan pendapat diatas mengenai prokrastinasi maka dapat disimpulkan definisi atau pengertian prokrastinasi adalah suatu kebiasaan yang dilakukan secara berulang-ulang dalam menunda-nunda memulai ataupun menyelesaikan tugas yang berhubungan dengan bidang akademik disekolah, untuk melalukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam mengerjakan tugas.

## **2. Ciri-Ciri Prokrastinasi**

Ciri-ciri pelaku prokrastinasi akademik menurut Dini (dalam Westri 2016:12), sebagai berikut:

- a. Kurang Dapat Mengatur Waktu: Kesulitan mengatur waktu luang merupakan hal yang sering terjadi, sementara waktu luang yang ada sering kali dimanfaatkan dengan kegiatan yang kurang ada manfaatnya.
- b. Percaya Diri yang Rendah: Prokrastinator ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, sehingga setiap dihadapkan pada penyelesaian tugas mereka merasa ragu untuk dapat menyelesaikannya.
- c. Menganggap Diri Terlalu Sibuk: Prokrastinator memiliki anggapan bahwa ia tidak mempunyai waktu luang, sehingga membuat sibuk dan tidak sempat mengerjakan tugas.
- d. Keras Kepala: Prokrastinator ini beranggapan bahwa setiap kegiatan yang dilakukan merupakan kehendaknya sendiri sehingga mau dikerjakan atau tidak orang lain tidak dapat memaksanya.

- e. Memanipulasi Tingkah Laku Orang Lain: Seorang prokrastinator segala kegiatan yang ada tidak akan dapat berjalan tanpa dirinya, sehingga orang lain tidak dapat memaksanya untuk melakukan sesuatu pekerjaan.
- f. Menjadikan Penundaan Sebagai *Coping* (perlindungan) untuk Menghindari Tekanan: Prokrastinator menjadikan penundaan sebagai upaya perlindungan bagi dirinya.
- g. Merasa Dirinya Sebagai Korban: Prokrastinator sering beranggapan bahwa kegagalannya dalam menyelesaikan tugas tersebut, mempunyai arti bahwa sebenarnya dirinya adalah seorang korban yang tidak mampu mengerjakan tugas sebagaimana juga orang lain.

Sedangkan prokrastinasi akademik ciri-ciri sebagaimana dikemukakan oleh Ferrari (dalam Chornelia, 2013: 57), yaitu:

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi Individu (prokrastinator/peserta didik) walaupun sudah tahu bahwa tugas itu harus di-selesaikan, namun ia tetap menunda untuk menyelesaikannya. Bisa juga tugas itu sebenarnya sudah dikerjakan walaupun belum tuntas, dalam hal ini prokrastinator menunda-nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas: Prokrastinator dalam mengerjakan tugas memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang diperlukan pada umumnya. Waktu yang dihabiskan berlebihan (terlalu banyak), baik dalam mempersiapkan diri mau-pun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas,

tanpa memperhitungkan adanya keterbatasan waktu. Perbuatan tersebut kadangkadang mengakibatkan ia tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Ciri utama prokrasti-nator ini adalah ialamban dalam menyelesaikan suatu tugas akademik.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual: Prokrastinator ini mempunyai kesulitan dalam menyelesaikan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Keadaan tersebut terjadi baik oleh orang lain maupun oleh ketidakdisiplinan menepati rencanarencana yang telah ditentukannya sendiri. Perencanaan mulai mengerjakan tugas sesuai waktu yang telah ditentukan mungkin sudah terfikirkan, akan tetapi ketika saatnya tiba ia tidak juga melakukannya sesuai dengan yang telah direncanakan, sehingga terjadilah keterlambatan/ kegagalan dalam menyelesaikan tugas.
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harusnya dikerjakan: Prokrastinator dengan sengaja tidak segera mengerjakan tugasnya, namun menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Perilaku prokrastinasi akademik dapat disimpulkan berdasarkan ciri-ciri adalah, yaitu suka menunda untuk memulai maupun menyelesaikan

tugas yang dihadapi, berpendapat lebih baik mengerjakan nanti dari pada sekarang, percaya diri yang rendah, terus mengulang perilaku prokrastinasi, dan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

### 3. Aspek-Aspek Prokrastinasi

Menurut Tektonika (dalam Fitriya & Lukmawati 2016: 66). Terdapat aspek-aspek prokrastinasi, terdiri dari empat hal yaitu:

- a. *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan) Kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah, gagal menepati deadline. Mereka hanya berorientasi pada “Saat ini” bukan “Saat Mendatang”. Hal ini menjadikan individu sebagai seseorang yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.
- b. *Intention-Action Gap* (Celah antara keinginan dan perilaku): *Intention-action gap* adalah celah antara keinginan dan perilaku. Perbedaan antara keinginan dengan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan peserta didik dalam mengerjakan tugas akademik meski-pun peserta didik tersebut ingin mengerjakannya. Namun, ketika tenggang waktu semakin dekat, celah yang terjadi antara keinginan dan perilaku semakin kecil. Prokrastinator yang semula menunda-nunda pekerjaan sebaliknya dapat mengerjakan hal-hal yang lebih dari apa yang ditargetkan.
- c. *Emotional Distress* (Tekanan emosi): *Emotional distress* merupakan salah satu aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi.

Perilaku menunda semestinya membawa perasaan tidak nyaman bagi pelaku. Konsekuensi negative yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri prokrastinator.

- d. *Perceived Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). *Perceived ability* sebagai salah satu aspek prokrastinasi akademik, yaitu yang disebut juga sebagai keyakinan terhadap kemampuan pada diri seorang. Meskipun prokrastinasi tidak berhubungan secara langsung dengan diri seseorang, namun keragu-raguan seseorang terhadap kemampuan diri akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Rasa takut akan kegagalan juga menjadikan seseorang selalu menyalahkan diri sebagai seorang yang “Tidak Mampu”. Untuk menghindari hal tersebut maka seseorang cenderung memilih untuk menghindari tugas-tugas tersebut karena takut akan mengalami kegagalan. Waktu atau lebih memilih melakukan sesuatu yang lebih menyenangkan dan masuk akal dilakukan.

Perilaku prokrastinasi akademik dapat disimpulkan berdasarkan aspek-aspeknya adalah, tidak tepat waktu karena gagal dalam mempredisikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas, perbedaan antara keinginan dan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan peserta didik dalam mengerjakan tugas akademik meskipun peserta didik ingin mengerjakannya, ketidak pahaman dan tidak yakin dengan kemampuan yang di miliki peserta didik dalam mengerjakan tugas

membuat kecemasan dalam diri peserta didik untuk tidak mengerjakan tugas.

Sedangkan Menurut Tuckman (Sutriyono, Riyani & Prasetya, 2012:129) terdapat 3 aspek prokrastinasi yaitu:

- 1) Kecenderungan Untuk Menunda Mengerjakan Tugas (*Tendency to delay or put off doing things.*) Merupakan kecenderungan untuk menggunakan waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan dengan menggunakan waktu untuk melakukan hal-hal yang tidak penting.
- 2) Kecenderungan Untuk Memiliki Kesulitan (*Tendency to have difficulty.*) Merupakan kecenderungan untuk merasa terbebani ketika harus mengerjakan pekerjaan yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau menghindari melakukan hal-hal yang dianggap tidak menyenangkan.
- 3) Kecenderungan Untuk Menyalahkan Orang Lain (*Tendency to blame others.*) Merupakan kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya karena dirinya merasa orang lain mempengaruhi sehingga tidak mengerjakan tugas.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik adalah tingkat kepercayaan terhadap kemampuan diri, kecenderungan untuk mengerjakan tugas, inisiatif personal, kurangnya kemampuan manajemen waktu, dan mengutamakan aktivitas yang lebih menyenangkan serta rasa malas.

#### 4. Faktor Penyebab Prokrastinasi

Menurut Tektonika (dalam Fitriya & Lukmawati 2016: 66).

Terdapat aspek-aspek prokrastinasi, terdiri dari empat hal yaitu:

- a. *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan) Kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah, gagal menepati deadline. Mereka hanya berorientasi pada “Saat ini” bukan “Saat Mendatang”. Hal ini menjadikan individu sebagai seseorang yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.
- b. *Intention-Action Gap* (Celah antara keinginan dan perilaku): *Intention-action gap* adalah celah antara keinginan dan perilaku. Perbedaan antara keinginan dengan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan peserta didik dalam mengerjakan tugas akademik meski-pun peserta didik tersebut ingin mengerjakannya. Namun, ketika tenggang waktu semakin dekat, celah yang terjadi antara keinginan dan perilaku semakin kecil. Prokrastinator yang semula menunda-nunda pekerjaan sebaliknya dapat mengerjakan hal-hal yang lebih dari apa yang ditargetkan.
- c. *Emotional Distress* (Tekanan emosi): *Emotional distress* merupakan salah satu aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda semestinya membawa perasaan tidak nyaman bagi pelaku. Konsekuensi negative yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri prokrastinator.
- d. *Perceived Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). *Perceived ability* sebagai salah satu aspek prokrastinasi akademik, yaitu

yang disebut juga sebagai keyakinan terhadap kemampuan pada diri seorang. Meskipun prokrastinasi tidak berhubungan secara langsung dengan diri seseorang, namun keragu-raguan seseorang terhadap kemampuan diri akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Rasa takut akan kegagalan juga menjadikan seseorang selalu menyalahkan diri sebagai seorang yang “Tidak Mampu”. Untuk menghindari hal tersebut maka seseorang cenderung memilih untuk menghindari tugas-tugas tersebut karena takut akan mengalami kegagalan. Waktu atau lebih memilih melakukan sesuatu yang lebih menyenangkan dan masuk akal dilakukan.

Perilaku prokrastinasi akademik dapat disimpulkan berdasarkan aspek-aspeknya adalah, tidak tepat waktu karena gagal dalam mempredisikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas, perbedaan antara keinginan dan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan peserta didik dalam mengerjakan tugas akademik meskipun peserta didik ingin mengerjakannya, ketidak pahaman dan tidak yakin dengan kemampuan yang di miliki peserta didik dalam mengerjakan tugas membuat kecemasan dalam diri peserta didik untuk tidak mengerjakan tugas.

Sedangkan Menurut Tuckman (Sutriyono, Riyani & Prasetya, 2012:129) terdapat 3 aspek prokrastinasi yaitu:

- a. Kecenderungan Untuk Menunda Mengerjakan Tugas (*Tendency to delay or put off doing things.*) Merupakan kecenderungan untuk menggunakan

waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan dengan menggunakan waktu untuk melakukan hal-hal yang tidak penting.

- b. Kecenderungan Untuk Memiliki Kesulitan (*Tendency to have difficulty.*) Merupakan kecenderungan untuk merasa terbebani ketika harus mengerjakan pekerjaan yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau menghindari melakukan hal-hal yang dianggap tidak menyenangkan.
- c. Kecenderungan Untuk Menyalahkan Orang Lain (*Tendency to blame others.*) Merupakan kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam 18 mengerjakan sesuatu yang ditundanya karena dirinya merasa orang lain mempengaruhi sehingga tidak mengerjakan tugas.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi akademik adalah tingkat kepercayaan terhadap kemampuan diri, kecenderungan untuk mengerjakan tugas, inisiatif personal, kurangnya kemampuan manajemen waktu, dan mengutamakan aktivitas yang lebih menyenangkan serta rasa malas.

## **5. Upaya Mengatasi Prokrastinasi**

Gunarya (2011:2-6) mengemukakan beberapa cara untuk mengatasi prokrastinasi akademik, yaitu:

- a. Telaah Sikap Diri Terhadap Tugas

Pengatasan persoalan prokrastinasi, terlebih dahulu dilakukan melalui memahami persoalan itu sendiri. Artinya analisis atas situasi dan kondisi

diperlukan mengapa tugas/kegiatan tidak dapat diselesaikan dengan baik. Perlu mencoba diam sejenak, lalu menelaah lalu bertanya pada diri sendiri mengenai tugas yang sedang dihadapi. Sikap diri terhadap tugas tersebut perlu ditelusuri secara jujur. Perlu dilihat tugas tersebut apakah memang merupakan tugas bagi diri sendiri, dan individu/mahasiswa bertanggung jawab melaksanakannya.

b. Penyeragaman Diri Dengan Tugas

Tugas yang memerlukan kurun waktu panjang, hendaklah dilaksanakan dengan cara di bagi-bagi sehingga berbentuk bagian-bagian (segmen) pendek dan direncanakan dengan baik. Tugas yang pendek biasanya tidak menimbulkan prokrastinasi. Dengan kata lain, tugas yang kompleks dan butuh waktu lama hendaknya dibagi menjadi beberapa bagian pendek, sehingga setiap bagian bisa dikerjakan atau diselesaikan setiap hari/minggu/ bulan. Pengaturan dilakukan se-demikian rupa, sehingga tugas tersebut dapat diselesaikan secara keseluruhan paling lambat sebelum batas waktu yang ditentukan.

c. Hindari Perasaan Terbeban (*Over Whelmed*)

Perasaan terbebani (*Over Whel-med*) harus dihindarkan, dengan cara memecah menjadi bagian/komponen yang lebih kecil tugas besar atau tugas sulit, sehingga terencana. Selanjutnya perhatian hendaknya dipusatkan hanya pada satu bagian saja yakni satu bagian yang sedang dikerjakan.

d. Hindarkan Diri dari “*Perfectionism*”

Kebiasaan “*Perfectionism*” hendaknya dihindarkan, karena akan memunculkan ketidakberdayaan. Peserta didik tidak diharapkan menunjukkan keahlian/ kepakaran. Peserta didik hanya diharap melakukan yang terbaik yang mampu dilakukan, kemudian diberi umpan balik. Peserta didik sedapat mungkin melaksanakan kegiatan sesuai dengan masukan umpan balik tersebut. Pembimbing/Konselor yang baik pada kegiatan ini, bukan melihat kesempurnaan, namun akan memperhatikan upaya serius dan perbaikan yang semakin nampak.

e. Hal-Hal Penting yang Harus Diperhatikan

Prokrastinator perlu memperhatikan hal-hal penting agar ia dapat segera mulai mengerjakan tugas/ kegiatan serta menjaga agar tetap mengerjakan tugas tersebut sehingga selesai pada waktu yang ditetapkan.

f. Monitoring Pola Perilaku Secara Sadar Individu hendaknya memantau kegiatan dirinya sendiri sehari-hari. Mencatat kemajuan tugas yang telah dilakukan dengan cara memberi checkmark di daftar porsi pekerjaan, atau pada jadwal yang telah dibuat sebelumnya, untuk butir porsi yang baru saja diselesaikan. Menikmati rasa puas yang muncul pada diri sendiri, karena telah menyelesaikan tugas/kegiatan yang sudah dicanangkan.

g. Beri Apresiasi Kepada Diri

Imbalan/reward tidak boleh dilupakan pada diri sendiri, ketika sudah menyelesaikan tugas. Beberapa hal yang dapat menyenangkan hati dapat dilakukan sebagai imbalan antara lain: nonton TV, jalan-jalan, makan

sesuatu yang disukai, bahkan tidur, atau kegiatan apa saja yang menyenangkan.

h. Kembangkan Respek Diri

Respek diri harus dijaga, dirawat, bahkan dikembangkan agar tidak terjebak ke masa lalu maupun masa depan. Hendaknya selalu dapat mensyukuri setiap saat dalam kehidupan, kapanpun. Dengan demikian individu/peserta didik dapat terhindar dari prokrastinasi serta dapat menjalani hidup secara lebih bertanggung jawab dan berdaya guna.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan upaya dalam mengatasi prokrastinasi adalah tanggung jawab diri sendiri terhadap tugas, mampu membagi waktu dalam mengerjakan tugas sehingga tidak menumpuk tugas yang membuat malas mengerjakan tugas, tidak menjadikan tugas sebagai beban, dan memberikan reward atau hadiah pada diri sendiri ketika mampu menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.

Sedangkan menurut Wangid (2019:241) prokrastinasi tersebut maka pada dasarnya terdapat dua pendekatan untuk mengatasi prokrastinasi. Kedua pendekatan tersebut sesuai dengan jenis penyebab prokrastinasi, yaitu:

- a. Pendekatan internal adalah untuk mengatasi penyebab prokrastinasi yang cenderung disebabkan oleh faktor internal inividu. Oleh karena itu berbagai hal pada diri individu perlu dievaluasi di mana letak hambatan diri sehingga melakukan prokrastinasi akademik. Apakah berasal dari kondisi fisik ataukah dari faktor- faktor psikologis. Jika memang

berasal dari faktor fisiologis maka mau tidak mau kondisi fisiologis yang mengganggu harus dihilangkan terlebih dahulu atau dipulihkan kondisinya terlebih dahulu. Peserta didik yang merasa sangat lelah sehingga kelelahan maka kondisi tersebut harus dipulihkan terlebih dahulu. Jika kondisi fisiologis ada gangguan maka keadaan fisiologis tersebut harus diobati terlebih dahulu. Demikian pula jika kondisi psikologis banyak menghambat dalam melaksanakan tugas-tugas akademik maka kondisi mental tersebut harus dibenahi terlebih dahulu sehingga justru dapat mendorong dilaksanakannya tugas-tugas akademis tersebut.

- b. Pendekatan eksternal, artinya upaya mengatasi prokrastinasi akademik melalui berbagai upaya yang dilakukan terutama berbagai hal yang ada di luar individu, hal ini karena penyebab prokrastinasi ada di luar individu. Namun demikian, faktor-faktor di luar individu tidak serta merta dapat diubah. Banyak diantaranya hal tersebut bersifat alamiah sehingga tidak bisa diubah.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan upaya dalam mengatasi prokrastinasi adalah faktor internal pada diri individu perlu dievaluasi di mana letak hambatan diri sehingga melakukan prokrastinasi akademik. Faktor eksternal upaya mengatasi prokrastinasi akademik melalui berbagai upaya yang dilakukan terutama berbagai hal yang ada di luar individu, hal ini karena penyebab prokrastinasi ada di luar individu.

## 6. Dampak Prokrastinasi

Burka & Yuen (2008: 165) mengungkapkan dua hal dalam prokrastinasi yang dapat menjadi suatu gangguan, yaitu:

- a. Prokrastinasi menimbulkan masalah internal, seperti merasa bersalah atau menyesal.
- b. Prokrastinasi menciptakan masalah eksternal, seperti menunda mengerjakan tugas membuat kita tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik dan mendapat peringatan dari guru.

Ferrari (dalam Julyanti & Aisyah, 2015:19), juga mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat berakibat negatif, yaitu:

- a. Melakukan prokrastinasi banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia
- b. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal
- c. Prokrastinasi juga kebiasaan, dan
- d. Mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan Dampak prokrastinasi akademik ternyata sangat banyak, yang antara lain dapat berupa performa akademik yang rendah, stress tinggi, penyakit, kecemasan yang tinggi, menjadi gangguan, dan berakibat negatif

## **B. Konseling Kelompok**

### **1. Pengertian Konseling Kelompok**

Nurihsan (dalam Kurnanto 2013:7) Konseling kelompok merupakan bimbingan yang diberikan oleh konselor kepada peserta didik dalam lingkup kelompok yang memiliki sifat pencegahan, penyembuhan serta mengarahkan dalam pemberian kemudahan kepada tiap-tiap anggota kelompok untuk mencapai suatu perkembangan dan pertumbuhan yang diinginkan. Dinamika kelompok akan terbangun dengan sendirinya melalui proses konseling kelompok dengan memaksimalkan peran amtar individu di kelompok agar tetap terus aktif dalam melaksanakan konseling kelompok ini.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan konseling kelompok adalah merupakan upaya bantuan kepada peserta didik dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Selain bersifat pencegahan, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan.

Sementara Corey (2012: 4) "*group counseling has preventive as well as remedial aims. Generally, the counseling group has a specific focus, which may be educational, career, personal, and social*". Dengan demikian, melalui konseling kelompok dapat diupayakan sebagai langkah pencegahan sekaligus pengentasan masalah anggota kelompok baik dalam bidang belajar/pendidikan, karir, pribadi, maupun sosial.

Dari uraian di atas maka dapat dimaknai bahwa konseling kelompok adalah bentuk khusus layanan konseling dalam membantu konseli mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, yang menekankan

pada perasaan, berfikir, kesadaran dan perkembangan individu yang sehat dalam format kelompok yang di dalamnya terdapat interaksi dan dinamika kelompok dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dibahas dalam kelompok. Layanan konseling kelompok dalam penelitian ini dimaksudkan agar sekelompok peserta didik melalui dinamika kelompok yang terbentuk mendapatkan informasi dan manfaat dari partisipasinya dalam konseling kelompok. Sehingga dengan interaksi yang intensif dari anggota kelompok dan pemimpin kelompok dalam melakukan sharing (pengalaman) sehingga akan mendorong siswa dalam memecahkan masalah yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari.

## **2. Tujuan konseling kelompok**

Tujuan layanan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan teoritis dan tujuan operasional. Tujuan teoritis berkaitan dengan tujuan yang secara umum dicapai melalui proses konseling, yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok agar masalah terselesaikan dengan cepat. Melalui bantuan anggota kelompok yang lain (fungsi pemahaman, fungsi pengembangan, fungsi pencegahan dan fungsi pemecahan masalah) sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan konseli dan masalah yang dihadapi konseli (Latipun, 2010: 120).

Sedangkan Menurut Corey (2014: 9) tujuan dari konseling kelompok yaitu; membantu konseli mengembangkan sikap positif dan kemampuan interpersonal yang lebih baik dan membantu anggota kelompok mengubah

keterampilan dan perilaku baru yang diperoleh dari hasil yang dipelajari selama proses konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari

Dari definisi di atas dapat dikatakan bahwa dalam layanan konseling kelompok memiliki tujuan utama sebagai sarana dalam upaya membantu pengembangan dan optimalisasi dari potensi yang ada dalam individu yang utamanya berkaitan dengan pengembangan diri bidang sosial dan belajar melalui pembahasan masalah pribadi yang sedang dialami dan dirasakan mengganggu kehidupan efektif sehari-harinya. Secara khusus konseling kelompok memiliki tujuan membantu individu untuk berani dalam berkomunikasi, berbicara, mengemukakan pendapat atau ide-ide, saran dan tanggapan di depan orang banyak, berlatih mengembangkan sikap positif, seperti bertenggang rasa, empati, kepekaan, kemampuan menghayati perasaan orang lain dan mengentaskan permasalahan yang ada dalam kelompok.

### **3. Tahap-tahapan Konseling Kelompok**

Jacobs et al (2012: 44) mengelompokkan tahapan proses konseling ke dalam tiga tahap, yaitu:

- a. *The beginning stage* (tahap awal). Tahap ini merupakan tahap pembentukan kelompok untuk pengenalan kelompok, diskusi topik atau membahas permasalahan yang sedang dialami masing-masing antar anggota kelompok, tujuan kelompok, hal yang diharapkan dalam kelompok, menetapkan peraturan dalam kelompok, dan tingkat kenyamanan berbagi dalam kelompok.

- b. *The working stage* (tahap kerja). Tahap ini merupakan tahap inti dari proses pelaksanaan konseling kelompok yang berfokus pada tujuan antar anggota kelompok. Selama tahap ini, para anggota mempelajari materi baru, membahas secara menyeluruh berbagai topik permasalahan, membantu dalam pemecahan masalah, terlibat secara emosional antar anggota kelompok, dan banyak dinamika yang berbeda dapat terjadi, karena para anggota berinteraksi dengan beberapa cara yang berbeda.
- c. *The closing stage* (tahap penutup). Tahap ini merupakan tahap penutup atau akhir dari pelaksanaan konseling kelompok. Selama tahapan ini, anggota menceritakan apa yang telah anggota pelajari, bagaimana perubahan yang dirasakan, dan antar anggota kelompok mengaplikasikan hal yang telah dipelajari selama proses konseling kelompok untuk membantu perubahan ke arah yang lebih baik.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan tahapan konseling kelompok yakni tahap permulaan (*beginning stage*) adalah tahap pembentukan kelompok untuk perkenalan kelompok, diskusi topik atau membahas permasalahan yang sedang dialami, tahap pertengahan atau tahap kerja (*middle stage or working stage*) adalah inti dari proses pelaksanaan konseling kelompok yang berfokus pada tujuan antar anggota kelompok, dan tahap pengakhiran atau tahap penutupan (*ending or closing stage*) adalah tahap penutup atau akhir dari pelaksanaan konseling kelompok.

Sedangkan Berg, Landert, & Falll.(2018: 91-93) berpendapat bahwa tahapan-tahapan konseling kelompok adalah:

- a. Tahap pra-komitmen. Proses pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan keterbatasan kelompok.
- b. Keterbukaan diri dan Eksplorasi. Pada tahap ini pemimpin kelompok membantu anggota kelompok secara terbuka memceritakan permasalahan yang sedang dihadapi dan dieksplorasi secara bersama-sama.
- c. Tahap komitmen, pada tahap ini mengeksplorasi diri secara mendalam dan pemahaman diri, berkomitmen terhadap perubahan dan berkembang ke arah yang lebih baik, dan melakukan perubahan untuk meningkatkan kualitas diri.
- d. Tahap akhir, pada tahap ini anggota kelompok mampu mengeksplorasi kemampuan, penerimaan, mengatasi, dan perkembangan akhir pemecahan masalah dari masing-masing anggota kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa tahapan-tahapan pelaksanaan konseling kelompok terbagi menjadi beberapa bagian yang sangat penting untuk penentuan keberhasilan pencapaian-pencapaian yang diharapkan anggota kelompok dalam kelompok.

## **C. Kontrak Perilaku**

### **1. Pengertian Kontrak Perilaku**

Pembuatan kontrak adalah mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor (Komalasari, 2011:172). Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan kontrak perilaku adalah mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor.

Sedangkan menurut Lutfi Fauzan (2016:31) Kontrak perilaku merupakan perjanjian dua orang ataupun lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu. Perjanjian merupakan alat agar anak lebih mengerti dan menghayati kewajiban-kewajibannya dalam rangka mengembangkan kebiasaan hidup sosial yang baik. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan kontrak perilaku adalah kesepakatan atau perjanjian baik lisan maupun tertulis yang telah di setujui antar konselor dan konseli untuk mengubah perilaku tertentu pada diri anak dengan memberikan penghargaan atas perubahan perilaku tersebut.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian kontrak perilaku adalah Kontrak perilaku adalah perjanjian dua orang ataupun lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu. Kontrak ini menegaskan harapan dan tanggung jawab yang harus dipenuhi dan konsekuensinya.

## **2. Tujuan Kontrak Perilaku**

Tujuan teknik kontrak perilaku menurut Victorique (2012:48) diantaranya:

- a. Melatih individu untuk mengubah tingkah lakunya yang maladaptif menjadi adaptif.
- b. Melatih kemampuan kemandirian berperilaku individu
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan perilaku individu sehingga mampu berperilaku secara tepat.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan teknik kontrak perilaku adalah membantu konseli untuk membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan

memperoleh reward tertentu sesuai dengan kontrak yang disepakati atau komitmen diri.

Sedangkan menurut Wibowo (dalam Malichah Ana 2016:39-40) sebagai berikut:

- a. Pemahaman tentang diri sendiri yang mendorong penerimaan diri dan perasaan diri berharga.
- b. Hubungan sosial, khususnya hubungan antarpribadi serta menjadi efektif untuk situasi-situasi sosial.
- c. Pengambilan keputusan dan pengarahan diri.
- d. Sensitivitas terhadap kebutuhan orang lain dan empati,
- e. dan perumusan komitmen dan upaya mewujudkannya

Dari definisi di atas dapat dikatakan bahwa dalam layanan konseling kelompok memiliki tujuan utama sebagai sarana dalam upaya membantu pengembangan dan optimalisasi dari potensi yang ada dalam individu yang utamanya berkaitan dengan pengembangan diri bidang sosial dan belajar melalui pembahasan masalah pribadi yang sedang dialami dan dirasakan mengganggu kehidupan efektif sehari-harinya.

### **3. Tahapan Pembuatan Kontrak Perilaku**

Menurut Komalasari (2011:173) tahapan membuat kontrak perilaku sebagai berikut:

- a. Pilih tingkah laku yang akan diubah dengan melakukan analisis ABC.
- b. Tentukan data awal (baseline data) (tingkah laku yang akan diubah).
- c. Tentukan jenis penguatan yang akan diterapkan.

- d. Berikan reinforcement setiap kali tingkah laku yang diinginkan ditampilkan sesuai jadwal kontrak.
- e. Berikan penguatan setiap saat tingkah laku yang ditampilkan menetap.

Sedangkan menurut Jacobs et al (2012: 44) mengelompokkan tahapan proses konseling ke dalam tiga tahap, yakni tahap permulaan (*beginning stage*), tahap pertengahan atau tahap kerja (*middle stage or working stage*), dan tahap pengakhiran atau tahap penutupan (*ending or closing stage*).

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa tahap pembentukan/permulaan ini ialah tahap awal dalam kegiatan konseling kelompok. Pada tahap awal tersebut dapat dilakukan berbagai kegiatan, seperti pengenalan diri, menyampaikan peraturan kelompok, menjelaskan pentingnya menjaga kerahasiaan, serta memperhatikan tempat dan kenyamanan anggota dalam kelompok. Pada tahap pembentukan/permulaan itu pula peran konselor sangatlah penting untuk menentukan keberhasilan pada tahap-tahap berikutnya.

Untuk lebih jelasnya, salah satu contoh format pembuatan kontrak perilaku dapat dilihat pada gambar dibawah ini.

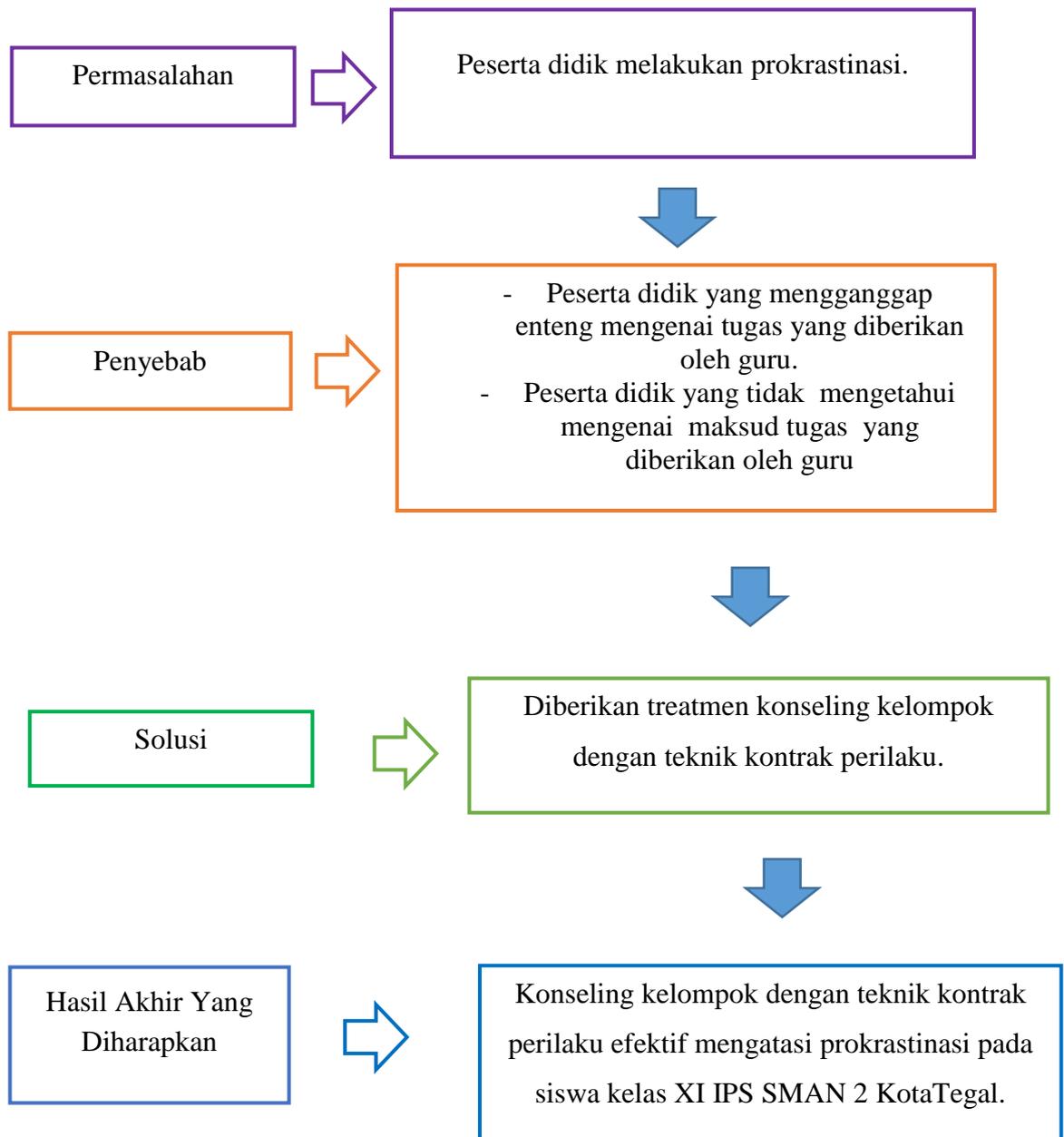
<b>KONTRAK TINGKAH LAKU</b>
Saya..... pada tanggal.... Menyatakan bahwa saya setuju melakukan hal-hal dibawah ini:
.....

**Gambar 2.1 Format Kontrak Perilaku**

#### **D. Kerangka Berpikir**

Berdasarkan hasil observasi, peserta didik kelas XI SMAN 02 Tegal masih banyak yang melakukan prokrastinasi secara disengaja maupun tidak disengaja. Hal ini disebabkan oleh peserta didik yang menganggap enteng mengenai tugas, peserta didik yang tidak mengetahui dari tugas yang diberikan oleh guru sehingga membuatnya tidak mengerjakan dan tidak mengumpulkan tugas tersebut. Oleh karena itu dibutuhkan suatu tindakan untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Upaya untuk mencari solusi dari permasalahan tersebut, peneliti menggunakan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi yang dilakukan oleh peserta didik. Melalui treatment yang diberikan kepada peserta didik diharapkan peserta didik mampu mengubah kebiasaan tersebut dan tidak melakukan prokrastinasi di kemudian hari. Untuk mengatasi masalah tersebut, peneliti membuat alur berpikir sebagai berikut:



**Gambar 2.2 Kerangka Berpikir**

### **E. Hipotesis Penelitian**

Sugiono (2016:96) mengemukakan bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diterima baru didasarkan pada teori yang

relevan belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Jadi, hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap suatu rumusan masalah penelitian. Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti merumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

$H_0$  = Tidak ada Keefektifan konseling Kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal.

$H_a$  = Ada Keefektifan konseling Kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal.



	Penelitian									
6.	Pengolahan Data								√	
7.	Penyusunan Laporan							√	√	

## B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2015:38). Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah :

### 1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2015: 39) Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Keefektifan Konseling kelompok dengan teknik Kontrak Perilaku.

### 2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2015: 39). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah mengatasi Prokrastinasi pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal.

### 3. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya

(Sugiono, 2015:38). Definisi operasional variabel penelitian bertujuan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Dalam penelitian ini, definisi operasional variabel-variabel yang akan diteliti adalah sebagai berikut:

Prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku peserta didik dalam menunda-nunda untuk memulai dan menyelesaikan suatu tugas akademik yang telah diberikan sehingga membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya. Prokrastinasi akademik memiliki 4 aspek, yaitu:

1. *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan) Kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah, gagal menepati deadline.
2. *Intention-Action Gap* (Celah antara keinginan dan perilaku): Intention-action gap adalah celah antara keinginan dan perilaku.
3. *Emotional Distress* (Tekanan emosi): Emotional distress merupakan salah satu aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi.
4. *Perceived Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). Perceived ability sebagai salah satu aspek prokrastinasi akademik, yaitu yang disebut juga sebagai keyakinan terhadap kemampuan pada diri seorang.

### **C. Metode dan Desain Penelitian**

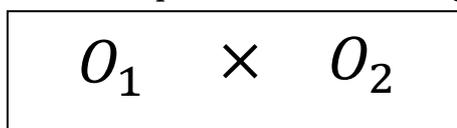
#### **1. Metode Penelitian**

Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Didalam penelitian kuantitatif terdapat penelitian eksperimen. Berdasarkan (Sugiyono, 2016:107) mengemukakan bahwa dalam penelitian eksperimen ada perlakuan atau (*treatment*). Oleh karena itu, metode eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan

## 2. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan design penelitian *one group pre test and post test*. *One Group Pretest and Posttest Design* adalah penelitian dimana suatu kelompok eksperimen yang sebelum dilakukan *treatment*/perlakuan terlebih dahulu diberikan *pre-test*, dan selanjutnya setelah diberi *treatment*/perlakuan dilihat hasilnya melalui *post-test*. Penelitian dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan Sugiyono (2018:114). Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

**Gambar 3.1 One-Group Pretest-Posttest Design**



Keterangan :

$O_1$  = nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)

$O_2$  = nilai posttest (setelah diberi perlakuan)

### **Pretest**

Pretest adalah sebuah tes awal sebelum diberi perlakuan/ treatment. Pretest dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku prokrastinasi peserta didik sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

### **Posttest**

Posttest adalah sebuah tes yang diberikan setelah diberi perlakuan. Posttest dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku prokrastinasi peserta didik sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

### **Treatment**

Treatment adalah sebagai variabel independen/bebas yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen/terikat. Treatment, perlakuan yang diberikan adalah dengan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Pelaksanaan layanan dilakukan 5 kali dengan durasi waktu kurang lebih 30 menit.

## **D. Desain Eksperimen**

### **1. Populasi, Sampel , dan Sampling**

Pada bagian ini akan dijelaskan tentang populasi, sampel, dan sampling adapun pengertian populasi sampel dan sampling sebagai berikut:

#### **a. Populasi**

Menurut Sugiyono (2016:117) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah kelas XI SMAN 2 Tegal dengan jumlah 124 siswa, dari kelas XI IPS 1 dengan jumlah 33 siswa, XI IPS 2 dengan jumlah 22 siswa, XI IPS 3 dengan jumlah 20 siswa, XI IPS 4 dengan jumlah 28 siswa,dan XI IPS 5 dengan jumlah 21 siswa.

## **b. Sampel**

Sample adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016:118). Sampel yang digunakan untuk kelompok kontrol berjumlah 6 siswa dari kelas XI IPS 1 dengan jumlah 1 siswa, kelas XI IPS 4 dengan jumlah 2 siswa, dan kelas XI IPS 5 dengan jumlah 3 siswa. Sampel yang digunakan untuk kelompok eksperimen berjumlah 6 siswa dari kelas XI IPS 1 dengan jumlah 1 siswa, kelas XI IPS 2 dengan jumlah 2 siswa, kelas XI IPS 3 dengan jumlah 2 siswa, dan kelas XI IPS 4 dengan jumlah 1 siswa. Didalam 12 siswa sebagai sampel terdapat 6 anak dengan presentase tinggi terhadap melakukan prokrastinasi dan 6 anak dengan presentase sedang terhadap melakukan prokrastinasi. Perbedaan masing-masing kriteria tersebut bertujuan agar homogenitas dan heterogenitas konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku terpenuhi.

## **c. Sampling**

Menurut Sugiyono (2016:118) Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel. Penelitian ini menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dengan teknik *Sampling Purposive*. Teknik ini merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

## **2. Pelaksanaan**

Proses pelaksanaan layanan konseling kelompok dari tahap pertama sampai dengan tahap terakhir. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dilaksanakan satu minggu dua kali yang akan dilaksanakan bulan November 2021. Dalam setiap pertemuan, peserta didik

akan mengisi penilaian evaluasi hasil dan proses yang akan diisi secara online dengan dikirimkan file melalui grup chat Whatsaap yang akan dibagikan peneliti. Pertemuan pertama kegiatan konseling kelompok pada hari Kamis 18 November 2021, kegiatan kedua dilaksanakan hari Sabtu 20 November 2021, kegiatan ketiga dilaksanakan pada hari Senin 22 November 2021, kegiatan keempat dilaksanakan pada hari Rabu 24 November 2021, dan kegiatan terakhir atau kelima dilaksanakan pada hari Sabtu 27 November 2021.

### **3. Akhir Eksperimen**

Akhir eksperimen menganalisis data pre test dan data posttest mengenai perbedaan mengatasi prokrastinasi kelas XI IPS SMAN 2 Tegal sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku, persentase menunjukkan menurunnya perilaku yang dilakukan oleh peserta didik analisis uji wilcoxon.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Metode Skala**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran terhadap subjek penelitian. Alat ukur yang digunakan penelitian ini adalah skala psikologis. Menurut Azwar (2012: 6) metode skala adalah suatu alat untuk mengukur aspek afektif yang berupa pernyataan. Alasan menggunakan skala dikarenakan skala mempunyai karakteristik sebagai berikut:

1. Stimulusnya berupa pertanyaan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.
2. Berisi banyak aitem karena atribut psikologis diungkap secara tidak langsung melalui indikator perilakunya yang diterjemahkan dalam bentuk aitem.
3. Respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah.

## 2. Instrumen Penilaian

Instrumen penelitian merupakan alat untuk mengukur nilai variabel yang diteliti (Sugiyono 2018: 92). Instrument penelitian dikatakan sebagai alat bantu dalam pengumpulan data. Biasanya, skala berupa pernyataan atau pertanyaan dan ada beberapa jawaban yang harus diisi oleh responden.

Dengan demikian, penelitian ini menggunakan skala likert dengan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

**Tabel 3.2**  
**Bentuk Penskalaan Likert**

Alternatif Jawaban	Skor	
	Favourable (+)	Unfavourable (-)
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Sumber : Sugiyono (2015:135)

Adapun *blue print* dari variabel prokrastinasi dibawah ini:

**Tabel 3.3**  
***Blue Print***

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Prokrastinasi	1. Perceived Time (Waktu yang dirasakan)	Kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah gagal menepati deadline.	1, 9, 17	5, 13, 21	6
	2. Intention-Action Gap (Celah antara keinginan dan perilaku)	Perbedaan antara keinginan dengan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan peserta didik dalam mengerjakan tugas akademik meskipun peserta didik tersebut ingin mengerjakannya	6, 14, 22	2, 10, 18	6
	3. Emotional Distress (Tekanan emosi)	Aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Konsekuensi negative yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri	3, 11, 19	7, 15, 23	6

		prokrastinator.			
	4. Perceived Ability (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki).	Prokrastinasi tidak berhubungan secara langsung dengan diri seseorang, namun keraguan seseorang terhadap kemampuan diri akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.	8, 16, 24,18	4, 12, 20, 25	8
Jumlah			13	12	25

Untuk keefektifan konseling kelompok dengan Teknik kontrak perilaku untuk mengatasi kontrak perilaku yang memiliki rentang skor 1-4, skor jawaban skala prokrastinasi ditentukan berdasarkan skor item positif dan skor negatif. Seluruh skor jawaban dijumlahkan kemudian ditransformasikan ke dalam bentuk presentase skor dengan cara membagi dengan skor idealnya dan dikalikan 100%. Presentase skor tersebut dibandingkan dengan kategori tingkat sikap pilihan karir dan akan diperoleh kategori Tinggi, Sedang, Rendah dan Sangat Rendah. Penentuan kategori tingkat sikap pilihan karir dengan cara sebagai berikut:

$$\text{Persentase skor tertinggi} : (4 : 4) \times 100\% = 100\%$$

$$\text{Persentase skor terendah} : (1 : 4) \times 100\% = 25\%$$

$$\text{Rentang persentase} : 100\% - 25\% = 75\%$$

$$\text{Interval persentase} : \frac{75\%}{4} = 19\%$$

Hasil perhitungan di atas menunjukkan rentang interval 19% dan presentase skor terendah 25%, maka dapat ditentukan kategori tingkat sikap prokrastinasi yang dilakukan oleh peserta didik sebagai berikut:

**Tabel 3.4**  
**Kategori Tingkatan Prokrastinasi**

Persentase	Kategori
81% - 100%	Tinggi
62% - 80%	Sedang
42% - 61%	Rendah
25% - 41%	Sangat Rendah

**Tabel 3.5**  
**Skala Uji Coba Prokrastinasi**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Adanya media sosial seperti twitter dan instagram dll membuat tugas-tugas saya terbengkalai.				
2.	Meskipun guru belum menjelaskan materi yang akan dibahas, saya rajin membaca materi.				
3.	Ketika mendapatkan nilai jelek saya takut dikucilkan oleh teman-teman.				
4.	Dalam mengerjakan tugas, saya mengkomunikasikan kesulitan yang saya hadapi pada guru.				
5.	Saya lebih memilih mengutamakan tugas yang menjadi tanggungjawab saya, meskipun harus melawan rasa malas untuk mengerjakan.				
6.	Saya tidak menepati waktu yang sudah di direncanakan untuk mengerjakan tugas.				
7.	Saya merasa cemas bila belum menemukan buku/teori sesuai tugas yang diberikan oleh guru.				

8.	Pada saat mengerjakan tugas saya merasa gugup dan sulit berkonsentrasi.				
9.	Saat sedang mengerjakan tugas, saya sering melamunkan hal-hal diluar topik sehingga penyelesaian tugas menjadi lambat.				
10.	Saya mengerjakan tugas secara bertahap.				
11.	Saya malu karena selalu salah dalam mengerjakan tugas.				
12.	Nilai tidak memuaskan hal biasa bagi saya, karena nilai bagus tidak harus diperoleh dalam satu kali mengerjakan tugas.				
13.	Saya memanfaatkan waktu luang untuk mengerjakan tugas.				
14.	Saya mengalami kesulitan untuk fokus mengerjakan tugas.				
15.	Saya bangga dengan hasil tugas yang di kerjakan sendiri.				
16.	Sebelum menguasai materi saya merasa enggan untuk mengerjakan tugas.				
17.	Saya sering mendapat teguran dari guru karena terlambat mengumpulkan tugas.				
18.	Saya merasa kurang memahami materi sehingga malas mengerjakan tugas.				
19.	Saya merasa malu untuk meminjam buku ke perpustakaan karena selalu terlambat untuk mengembalikan.				
20.	Untuk mempercepat mengumpulkan tugas, saya selalu membaca buku materi.				
21.	Tugas dari guru segera saya kerjakan agar cepat selesai.				

22.	Saya selalu telat dalam mengumpulkan tugas dari batas waktu yang ditentukan.				
23.	Saya selalu berusaha optimis dalam mengerjakan tugas.				
24.	Saya merasa kesulitan untuk mengerjakan tugas sehingga membutuhkan waktu yang lama.				
25.	Saya senang berdiskusi dengan teman ketika mengerjakan tugas.				

### 3. Uji coba Validitas Dan Realibitas

#### a.) Uji Validitas

Sugiyono (2015:173) menyatakan bahwa instrumen yang valid berarti instrumen tersebut bisa dipakai untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji validitas dipakai untuk mengetahui sejauh mana ketetapan suatu instrumen melakukan fungsi ukurnya. Dalam penelitian ini validitas yang digunakan adalah validitas konstruk (*construct validity*). Peneliti menggunakan uji validitas konstruk karena instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang diukur didasarkan teori, dalam hal ini digunakan teori mengenai prokrastinasi.

Untuk menguji valid atau tidaknya instrument tes digunakan rumus korelasi yang dikemukakan oleh Pearson, digunakan rumus *product moment*, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

sumber: Arikunto (2010)

Keterangan:

$r_x$  = koefisien korelasi tiap item

N = banyaknya subjek uji coba

$\sum X$  = jumlah skor item

$\sum Y$  = jumlah skor total

$\sum X^2$  = jumlah kuadrat skor item

$\sum Y^2$  = jumlah kuadrat skor total

$\sum XY$  = jumlah perkalian skor tiap butir soal X dan skor total Y

Hasil perhitungan kemudian dikonsultasikan dengan harga kritis *r product moment* dengan ketentuan  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka soal dikatakan valid dengan taraf signifikan 5%.

Pada penelitian ini uji validitas pada instrument skala prokrastinasi terdiri dari 25 pernyataan dan di uji cobakan pada 41 responden. Dari hasil tersebut data-data yang diperoleh kemudian diberi skor sesuai kriteria. Data didapat dengan menggunakan bantuan *Applikasi SPSS* versi 25.

Berdasarkan uji validitas menggunakan rumus *product moment* dengan taraf signifikan  $r_{tabel}$  diperoleh 0,308. Item pernyataan yang dinyatakan tidak valid berjumlah adalah 3 item nomor yaitu 1,2,3. Item-item yang tidak valid tersebut dihilangkan karena item yang lain sudah mewakili sesuai dengan indikator yang dicari. Sehingga jumlah item yang digunakan dalam penelitian ini adalah 22 butir pernyataan. Adapun sebaran item yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel dibawah.

**Tabel 3.6**  
**Uji Validitas**

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,073	0.308	Tidak Valid
2	0,253	0.308	Tidak Valid
3	0,280	0.308	Tidak Valid
4	0,545	0.308	Valid
5	0,568	0.308	Valid
6	0,675	0.308	Valid
7	0,498	0.308	Valid
8	0,638	0.308	Valid
9	0,627	0.308	Valid
10	0,712	0.308	Valid
11	0,649	0.308	Valid
12	0,-360	0.308	Valid
13	0,668	0.308	Valid
14	0,523	0.308	Valid
15	0,642	0.308	Valid
16	0,720	0.308	Valid
17	0,760	0.308	Valid
18	0,749	0.308	Valid
19	0,471	0.308	Valid
20	0,627	0.308	Valid
21	0,608	0.308	Valid
22	0,733	0.308	Valid
23	0,421	0.308	Valid
24	0,778	0.308	Valid
25	0,368	0.308	Valid

#### **b.) Uji Realibitas**

Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama. Menurut Sugiyono (dalam Agus Priambodo, 2016: 51-52), instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan

beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

$r_{11}$  = reliabilitas yang dicari

$k$  = banyaknya butir item

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah satu varians butir

$\sigma_t^2$  = varian total

Sebuah instrumen dikatakan reliabel jika rhitung > rtabel dengan taraf signifikansi 5%.

Reabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama. Menurut Sugiyono dalam Agus Priambodo (2016: 51-52) instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Dari data table pada uji reliabilitas dinyatakan angket reliabel apabila  $r$  hitung >  $r$  table, dan dinyatakan angket tidak reliabel apabila  $r$  hitung <  $r$  table. Berdasarkan distribusi signifikansi 5%, diketahui  $r$  tabel =  $N = 20 = 0,308$ . Diketahui crombach's Alpha  $0,738 > 0,308$ , dapat disimpulkan bahwa angket dinyatakan reliable/ konsisten.

**Tabel 3.7**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,738	26

**Tabel 3.8**  
**Blue Print Skala Prokrastinasi Sesudah Try Out**

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Prokrastinasi	1. Perceived Time (Waktu yang dirasakan)	Kecenderungan seorang prokrastinator salah satunya adalah gagal menepati deadline.	1, 9, 17	5, 13, 21	5
	2. Intention-Action Gap (Celah antara keinginan dan perilaku)	Perbedaan antara keinginan dengan perilaku terbentuk dalam wujud kegagalan peserta didik dalam mengerjakan tugas akademik meskipun peserta didik tersebut ingin mengerjakannya	6, 14, 22	2, 10, 18	5
	3. Emotional Distress (Tekanan emosi)	Aspek yang tampak dari perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Konsekuensi	3, 11, 19	7, 15, 23	5

		negative yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri prokrastinator.			
	4. Perceived Ability (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki).	Prokrastinasi tidak berhubungan secara langsung dengan diri seseorang, namun keraguan seseorang terhadap kemampuan diri akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi.	8, 16, 24,18	4, 12, 20, 25	8
Jumlah			11	11	22

#### F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam proses kegiatan penelitian. Dengan adanya analisis data maka dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti.

Penelitian eksperimen ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku dengan statistik uji t yaitu t-test .Sesuai dengan

hipotesis yang diajukan peneliti maka data yang diperoleh akan dan diolah dengan program computer SPSS.

### **G. Hipotesis Statistik**

Hipotesis menurut sugiyono dalam Agus Priambodo (2016:38) merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Sedangkan menurut Arikunto dalam Agus Priambodo(2016:38) menjelasakna bahwa hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terjadi suatu permasalahan sampai adanya bukti data yang terkumpul. Menurut pendapat tersebut bahwa hipotesesis yang diakui kebenarannya masih lemah. Penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas (konseling kelompok teknik kontrak perilaku) dan variabel terikat (Prokrastinasi). Peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.

Uji Wilcoxon merupakan suatu bagaian dari statistic non parametric,maka dalam Uji Wilcoxon tidak diperlukan data penelitian yang berdistribusi normal. Uji Wilcoxon digunakan sebagai alternative dari uji paired sampel t test ,jika uji paired t test tidak ada data penelitian yang berdistribusi normal. Hasil hitung tersebut dibandingkan dengan indeks tabel Wilcoxon match pairs. Apabila hasil analisi lebih kecil dari indeks tabel Wilcoxon match pairs berarti ada peningkatan dalam melakukan prokrastinasi pada siswa setelah diberikan layanan konseling

kelompok teknik kontrak perilaku. Akan tetapi apabila hasil analisis lebih besar dari inekds tabel Wilcoxon math pairs, hal ini berarti tidak ada peningkatan dalam melakukan prokrastinasi pada siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku. Kesimpulan pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak hipotesis pada uji Wilcoxon sign rank tes sebagai berikut:

- Jika probabilitas (Asymp.Sig)  $< 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, artinya terdapat perbedaan.

- Jika probabilitas (Asymp.Sig)  $> 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya tidak terdapat perbedaan.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Subyek Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Tegal tahun ajaran 2021. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober-November tahun 2021 sesuai dengan kesepakatan pihak sekolah dan subyek penelitian. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran AKPD dengan menggunakan google formulir secara online yang bertujuan memperoleh data tentang permasalahan yang sedang dialami peserta didik. Dari hasil penyebaran AKPD dilakukan analisis awal untuk perumusan masalah dan judul Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Prokrastinasi Kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal yang berjumlah 124 orang siswa. Dari hasil analisis skala, diperoleh masalah tinggi tentang peserta didik yang melakukan prokrastinasi untuk kelompok eksperimen dan diperoleh masalah sedang tentang peserta didik yang melakukan prokrastinasi. Sampel diambil dengan melihat hasil pretest peserta didik, maka diambil subjek untuk kelompok eksperimen sebanyak 6 peserta didik untuk diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dan subjek untuk kelompok control sebanyak 6

peserta didik tidak diberikan layanan konseling kelompok dengan Teknik kontrak perilaku.

## **B. Deskripsi Subyek Pelaksanaan Eksperimen**

Deskripsi proses pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses layanan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi dari tahap pertama sampai dengan tahap terakhir. Kemudian hasil pengamatan yang telah dilakukan selama proses layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi akan dijelaskan dalam tahap-tahap berikut :

### **1. Tahap pertama**

Hasil penyebaran skala dengan menggunakan google formulir dan wawancara dengan guru BK SMAN 2 Tegal, telah terdapat peserta didik yang mengalami masalah dalam melakukan prokrastinasi. Kegiatan Pretest dilaksanakan pada tanggal 02 November 2021 pada tahap ini bertujuan untuk mengetahui persentase peserta didik yang melakukan prokrastinasi sebelum diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku pada peserta didik kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.

## 2. Tahap dua

Setelah menganalisis data pretest peserta didik. Peneliti selanjutnya menjadwalkan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dilaksanakan satu minggu 3 kali. Pertemuan pertama kegiatan konseling kelompok pada hari Kamis 18 November 2021, kegiatan kedua dilaksanakan hari Sabtu 20 November 2021, kegiatan ketiga dilaksanakan pada hari Senin 22 November 2021, kegiatan keempat dilaksanakan pada hari Rabu 24 November 2021, dan kegiatan terakhir atau kelima dilaksanakan pada hari Sabtu 27 November 2021.

Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk pertemuan pertama peserta didik merasa canggung karena sebelumnya tidak pernah mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok, namun setelah peneliti menunjukkan penerimaan yang hangat dan memotivasi peserta didik lebih faham mengenai tujuan dilaksanakan konseling kelompok. Setelah melakukan kegiatan layanan konseling kelompok rata-rata peserta didik menganggap kegiatan layanan konseling kelompok ini sebagai kegiatan yang berarti untuk merubah kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas menjadi tidak melakukan kebiasaan tersebut lagi dikemudian hari.

Dengan menjelaskan kepada peserta didik tentang aturan selama mengikuti tahapan layanan konseling kelompok, mendorong peserta didik lebih antusias dalam melakukan layanan konseling kelompok berikutnya. Hal ini diketahui sebagian besar peserta didik menjalani kegiatan ini dengan semangat dalam berpendapat, karena kegiatan layanan konseling kelompok tersebut menarik dan menyenangkan. Tahap diakhiri dengan pemberian komitmen peserta didik terhadap layanan konseling kelompok selanjutnya.

Pertemuan pertama yang dilakukan pada Kamis 18 November 2021 pemimpin kelompok lebih aktif menghidupkan suasana dan mengatur jalannya kegiatan agar tidak keluar dari pembicaraan permasalahan yang dibahas yaitu prokrastinasi. Ada beberapa anggota kelompok yang diam, terlihat bingung dengan kegiatan layanan konseling kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan tentang pengertian layanan konseling kelompok itu sendiri, tujuan, dan asas dari konseling kelompok. Pemimpin kelompok memberikan suatu permainan tentang “sebut nama dan hobi secara berurutan” yang bertujuan sebagai perkenalan dan menghidupkan suasana dinamika kelompok. Tidak lupa pemimpin kelompok menjelaskan alur atau tata cara dalam pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok. Anggota kelompok sudah mulai bisa menangkap dan memahami penjelasan yang diberikan

pemimpin kelompok mengenai kegiatan layanan konseling kelompok sebelum melakukan ketahap selanjutnya. pemimpin kelompok memberikan suatu permainan agar suasana lebih akrab. Setelah itu anggota kelompok menceritakan masalah pribadinya, setelah anggota kelompok mengungkapkan permasalahannya mulailah kesepakatan permasalahan yang akan dibahas dan permasalahan yang dibahas adalah tentang permasalahan anggota kelompok yaitu apa saja bahaya yang ditimbulkan dalam kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas, setelah masalah sudah ditentukan pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mengungkapkan pendapat ataupun jalan keluar permasalahan yang sudah dibahas. Sedikit demi sedikit anggota kelompok mulai berpendapat. Setelah semua kelompok sudah mengungkapkan pendapatnya, pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik kontrak perilaku dengan membuat format kontrak perilaku tertulis atau persetujuan antara pemimpin dan anggota terkait yang sudah dibahas pada pertemuan kali ini. Pada pertemuan pertama berjalan dengan lancar, dan setelah layanan konseling kelompok kali ini pemimpin kelompok memberikan penilaian evaluasi proses dan hasil dimana dari penilaian tersebut peneliti juga dapat mengetahui tentang manfaat layanan konseling kelompok pada pertemuan pertama ini dan tanggapan dari para anggota kelompok.

Pada pertemuan yang kedua dilaksanakan pada hari Sabtu 20 November 2021, anggota kelompok lebih semangat dan antusias. Pada pertemuan kali ini, pemimpin kelompok menghilangkan sesi perkenalan karena anggota kelompok sudah mengenal pada pertemuan pertama. Tahap kegiatan pada pertemuan kedua, pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk mereview atau mengulas kembali pertemuan sebelum memulai bahasan selanjutnya. Pemimpin kelompok memberikan selingan permainan “tepuk tangan” agar suasana kembali santai dan tidak tegang. Setelah selingan anggota kelompok diminta untuk mengungkapkan permasalahan yang akan dibahas. Permasalahan yang di bahas pada pertemuan kedua ini adalah peserta didik tidak fokus dalam mengerjakan tugas dan setelah mengungkapkan permasalahan dan sesi bertanya atau bertukar pendapat pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik kontrak perilaku dengan membuat format kontrak perilaku tertulis atau persetujuan antara pemimpin dan anggota terkait yang sudah dibahas pada pertemuan kali ini. Pada pertemuan kedua ini anggota kelompok mulai paham dan mengerti apa yang harus dilakukan. Tanggapan anggota kelompok senang dan pemimpin kelompok kembali membagikan penilaian proses dan hasil untuk menilai perkembangan kegiatan yang telah dilaksanakan.

Pertemuan ketiga yang dilaksanakan pada hari Senin, 22 November 2021 pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok mengingat kembali bahasan pada pertemuan sebelumnya. Pertemuan pertama dan pertemuan kedua. Adapun anggota kelompok lebih antusias di tahap kegiatan ini dengan tujuan agar suasana tidak tegang dan peserta didik bersemangat mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok tersebut. Pada pertemuan ketiga ini membahas suatu permasalahan tentang Peserta didik tidak percaya diri dengan hasil tugas yang dikerjakan. Pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk berpendapat atau memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk berpendapat atau memberikan solusi agar permasalahan yang dialami anggota kelompok lain dapat teratasi dengan baik kemudian pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik kontrak perilaku dengan membuat format kontrak perilaku tertulis atau persetujuan antara pemimpin dan anggota terkait yang sudah dibahas pada pertemuan kali ini. Setelah kegiatan berjalan dengan lancar anggota kelompok mengisi penilaian proses dan hasil sebagai ukuran pemahaman anggota kelompok akan permasalahan yang sudah dibahas.

Pertemuan keempat dilaksanakan pada hari Rabu 24 November 2021 pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk bermain sebelum anggota kelompok mengungkapkan

permasalahannya, seperti pertemuan-pertemuan sebelumnya. Anggota kelompok mengungkapkan permasalahan pribadi yang sedang di alami, setelah itu anggota kelompok memilih permasalahan yang akan dibahas bersama anggota kelompok setelah memilih masalah yang akan dibahas yaitu menghindari untuk tidak prokrasinasi, pemimpin kelompok memberikan kesempatan anggota kelompok untuk memberikan masukan atau solusi mengenai masalah yang sedang dibahas kemudian pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik kontrak perilaku dengan membuat format kontrak perilaku tertulis atau persetujuan antara pemimpin dan anggota terkait yang sudah dibahas pada pertemuan kaliini. Setelah itu pemimpin kelompok memberikan penguatan terhadap perilaku yang baik dalam membagi waktu untuk belajar. Setelah kegiatan berjalan dengan lancar anggota kelompok mengisi penilaian proses dan hasil sebagai ukuran pemahaman anggota kelompok akan permasalahan yang sudah dibahas.

Pertemuan kelima atau yang terakhir dilaksanakan pada hari Sabtu 27 November 2021 pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk bermain sebelum anggota kelompok mengungkapkan permasalahannya, seperti pertemuan-pertemuan sebelumnya. Anggota kelompok mengungkapkan permasalahan pribadi yang sedang di alami, setelah itu anggota kelompok memilih permasalahan yang akan dibahas bersama anggota

kelompok setelah memilih masalah yang akan dibahas yaitu menghindari untuk tidak prokrasinasi, pemimpin kelompok memberikan kesempatan anggota kelompok untuk memberikan masukan atau solusi mengenai masalah yang sedang dibahas kemudian pemimpin kelompok mulai menerapkan teknik kontrak perilaku dengan membuat format kontrak perilaku tertulis atau persetujuan antara pemimpin dan anggota terkait yang sudah dibahas pada pertemuan kali ini. Setelah itu pemimpin kelompok memberikan penguatan terhadap perilaku yang baik dalam membagi waktu untuk belajar. Setelah kegiatan berjalan dengan lancar anggota kelompok mengisi penilaian proses dan hasil sebagai ukuran pemahaman anggota kelompok akan permasalahan yang sudah dibahas.

Setelah memberikan perlakuan atau treatment pada siswa, untuk mengetahui hasil apakah ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku maka diberikan test yaitu dengan posttest.

### 3. Tahap tiga

Setelah layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian posttest pada hari Minggu 28 November 2021 dengan tujuan untuk mengetahui perilaku prokrastinasi yang dilakukan peserta didik setelah diberikan perlakuan menggunakan layanan konseling

kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Berdasarkan hasil jawaban siswa pelaksanaan posttest dikatakan lancar, dapat dilihat dari antusias dan kesediaan peserta didik memberikan pernyataan setelah diberikan perlakuan (treatment) dengan mengisi seluruh item pernyataan skala prokrastinasi sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan selesai pada waktu yang telah ditentukan.

### **C. Deskripsi Data Pre Test Dan Post Test**

Deskripsi data pre test dan post test pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal. Hasil analisis data eksperimen yang telah dilakukan akan dijelaskan dalam bentuk tabel dan diagram berikut :

#### **1. Perilaku prokrastinasi peserta didik sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.**

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu memperoleh data prokrastinasi yang dilakukan siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku, maka diuraikan terlebih dahulu hasil sebelum diberi perlakuan pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal sebanyak 124 siswa, diperoleh kondisi awal sikap kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas sebanyak 6 siswa berada pada kriteria sedang, dan 6 siswa pada kriteria tinggi. Dari hasil pre test tersebut, maka diambil subjek sebanyak 12, 6 siswa untuk diberikan perlakuan

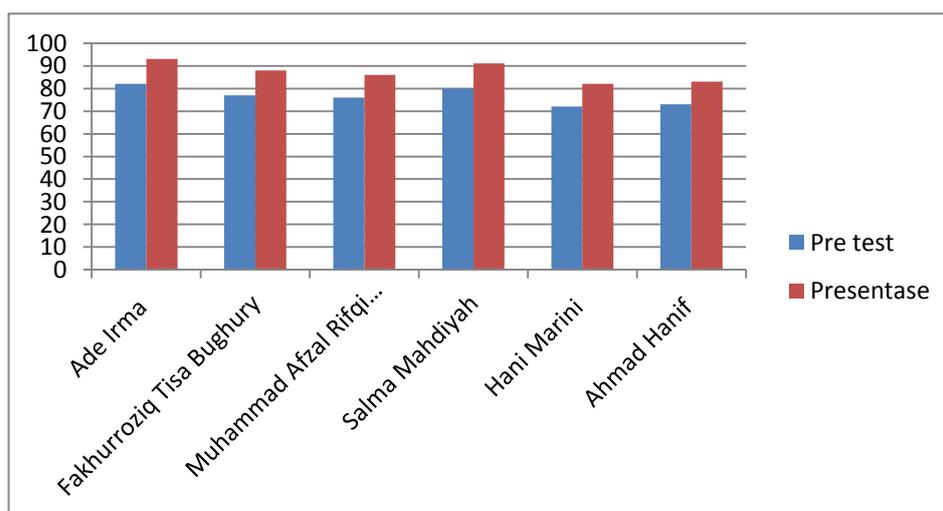
berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dan 6 siswa kategori sedang tidak diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Adapun hasil pre test 6 siswa yang akan diberikan perlakuan adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.1**Pretest

NO	NAMA	Pretest		
		Jumlah Skor Pretest	Persentase	Kategori
1	Ade Irma	82	93%	Tinggi
2	Fakhurroziq Tisa Bughury	77	88%	Tinggi
3	Muhammad Afzal Rifqi Fazluhaq	76	86%	Tinggi
4	Salma Mahdiyah	80	91%	Tinggi
5	Hani Marini	72	82%	Tinggi
6	Ahmad Hanif	73	83%	Tinggi
<b>Rata-rata</b>		<b>76,7</b>	<b>87%</b>	<b>Tinggi</b>

Sumber: Analisis Hasil Pre Test 2021

Dari Tabel diatas dapat ditunjukkan diagram presentase skor kebiasaan perilaku menunda-nunda mengerjakan tugas.



**Gambar 4.1** Diagram perilaku prokrastinasi sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

Berdasarkan hasil perhitungan tabel diatas dapat diketahui siswa yang menjadi subyek penelitian yang memiliki kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas dengan rata presentase 87,2% yang termasuk dalam kriteria Tinggi.

## 2. Perilaku prokrastinasi sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

Setelah dilaksankannya layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku selama lima kali pertemuan, selanjutnya dilakukan posttest untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Perhitungan total perilaku prokrastinasi setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

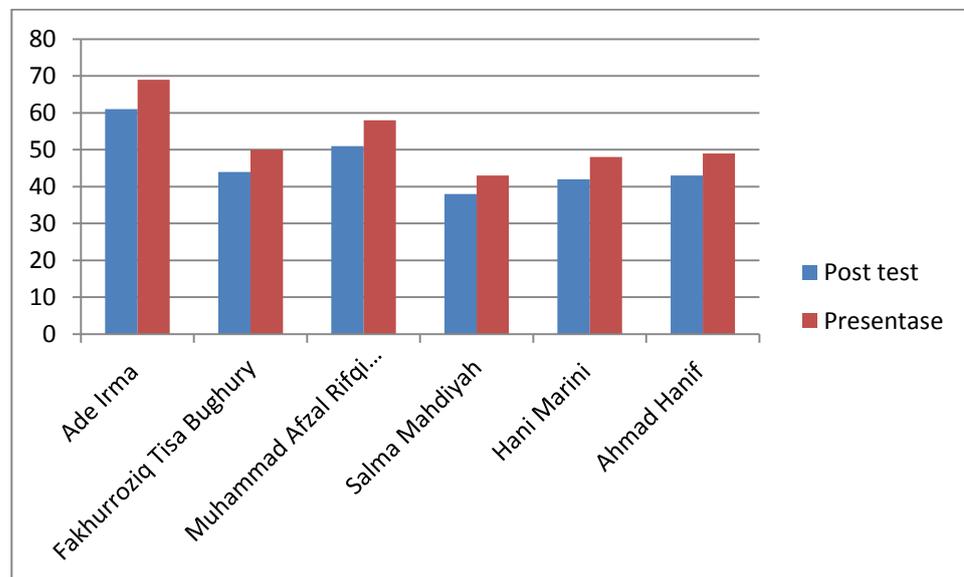
Tabel perilaku prokrastinasi setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

**Tabel 4.2 Posttest**

NO	NAMA	Posttest		
		Jumlah Skor Posttest	Persentase	Kategori
1	Ade Irma	61	69	Sedang
2	Fakhurroziq Tisa Bughury	44	50	Rendah
3	Muhammad Afzal Rifqi Fazluhaq	51	58	Rendah
4	Salma Mahdiyah	38	43	Rendah
5	Hani Marini	42	48	Rendah
6	Ahmad Hanif	43	49	Rendah
<b>Rata-rata</b>		<b>46,5</b>	<b>52,8</b>	Rendah

Sumber : Analisis Hasil Post Test 2021

Dari Tabel diatas dapat ditunjukkan dalam diagram presentase skor perilaku prokrastinasi



**Gambar 4. 2 Diagram Post Test**

Berdasarkan tabel dan diagram diatas menunjukkan bahwa rata-rata presentase perilaku prokrastinasi siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok termasuk dalam kategori rendah dengan presentase 52,8% maka dapat dilihat adanya penurunan sikap prokrastinasi pada setiap siswa. Dikethau dari enam siswa menjadi subjek penelitian pada kategori rendah.

### **3. Perbedaan perilaku sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.**

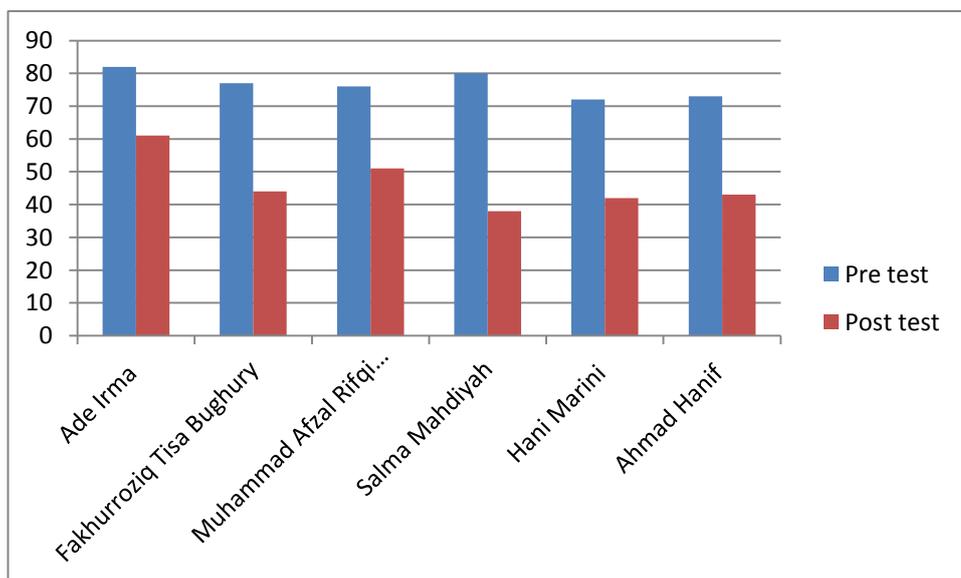
Di bawah ini akan dijelaskan mengenai perbedaan perilaku prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku berdasarkan hasil analisis deksriptif presentase, dan hasil pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

**Tabel 4.3**  
**Perilaku Sesudah diberikan Layanan.**

NO	NAMA	Pretest	Persentase	Post test	Persentase	Penurunan	Persentase
1	Ade Irma	82	93	61	69	21	24
2	Fakhurroziq Tisa Bughury	77	88	44	50	33	38
3	Muhammad Afzal Rifqi Fazluhaq	76	86	51	58	25	28
4	Salma Mahdiyah	80	91	38	43	42	48
5	Hani Marini	72	82	42	48	30	34
6	Ahmad Hanif	73	83	43	49	30	34
<b>N= 6</b>		<b>460</b>	<b>523</b>	<b>279</b>	<b>317</b>	<b>181</b>	<b>206</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>76,7</b>	<b>87,2</b>	<b>46,5</b>	<b>52,8</b>	<b>30,2</b>	<b>34,3</b>

Sumber : Hasil Analisis Pre Test dan Post Test 2021

Dari tabel diatas dapat ditunjukkan dalam diagram sebagai berikut:



**Gambar 4.3 pretest dan posttest**

Diagram diatas perilaku prokrastinasi sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat diketahui dari 6 siswa yang menjadi subjek penelitian mengalami penurunan kebiasaan perilaku

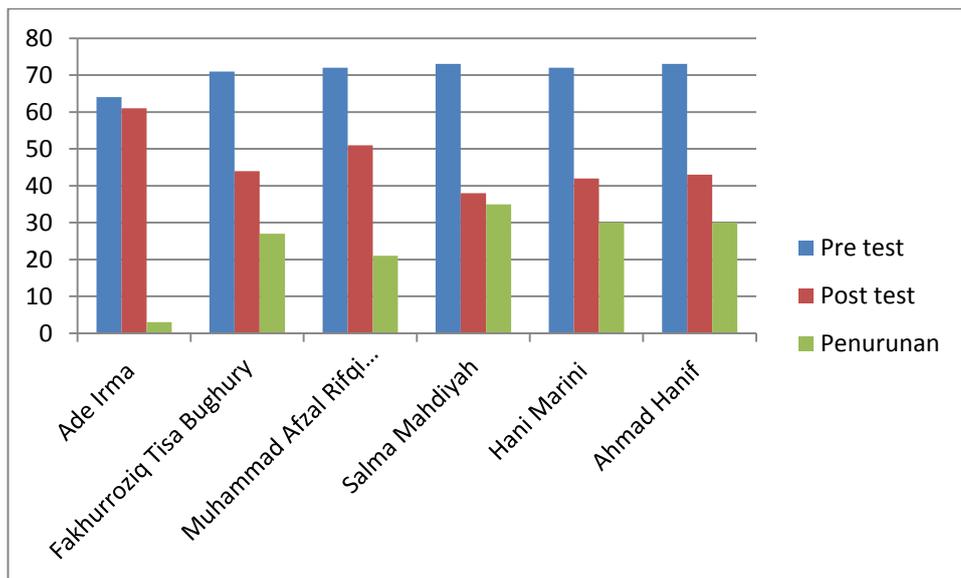
prokrastinasi. Dari perhitungan presentase rata-rata kebiasaan perilaku prokrastinasi sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku adalah 87,2 % yang termasuk dalam kriteria tinggi. Sedangkan presentase rata-rata siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku mengalami penurunan sebesar 34,3% dari 87,2 % menjadi 52.8% dan termasuk kategori rendah.

Adapun gambaran secara umum penurunan rata-rata kebiasaan perilaku prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal berdasarkan tiap aspek dapat dilihat dalam tabel berikut ini.

**Tabel 4.4**  
**Penurunan Tiap Aspek Sebelum dan Sesudah diberikan Layanan**

No.	Aspek	Skor%		Penurunan%
		Pretest	Posttest	
1.	Perceived Time (Waktu yang dirasakan)	89%	53%	37%
2	Intention-Action Gap (Celah antara keinginan dan perilaku)	92%	61%	31%
3	Emotional Distress (Tekanan emosi)	84%	43%	42%
4.	Perceived Ability (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki).	86%	57%	29%
N= 4		351%	213%	138%
Rata-rata		88%	53%	34%

Penurunan prokrastinasi siswa sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dapat ditunjukkan pada diagram dibawah ini:



**Gambar 4.4** penurunan pretest dan posttest

Diagram diatas adalah penurunan perilaku prokrastinasi tiap aspek sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku.

Berdasarkan tabel dan diagram perilaku prokrastinasi kelas XI IPS SMAN 2 Tegal diketahui setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku, aspek tipe prokrastinasi yang dipengaruhi oleh *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan), *Intention-Action Gap* (Celah antara keinginan dan perilaku), *Emotional Distress* (Tekanan emosi), dan *Perceived Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). Pretest post test aspek perilaku prokrastinasi siswa mengalami penurunan dari tipe prokrastinasi yang dipengaruhi oleh *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan) sebesar 37% dari 89% menjadi 53%, aspek yang dipengaruhi oleh *Intention-Action Gap* (Celah antara

keinginan dan perilaku) sebesar 31% dari 92% menjadi 61% ,aspek *Emotional Distress* (Tekanan emosi) sebesar 42% dari 84% menjadi 43% dan tipe aspek *Perceived Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki) sebesar 29% dari 86% menjadi 57%.

#### D. Uji Analisis Data

##### 1. Uji Validitas

Di bawah ini akan dijelaskan mengenai hasil uji validitas instrument perilaku prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal berdasarkan hasil analisis uji validitas menggunakan SPSS.

**Tabel 4.5**  
**Uji Validitas**

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,073	0.308	Tidak Valid
2	0,253	0.308	Tidak Valid
3	0,280	0.308	Tidak Valid
4	0,545	0.308	Valid
5	0,568	0.308	Valid
6	0,675	0.308	Valid
7	0,498	0.308	Valid
8	0,638	0.308	Valid
9	0,627	0.308	Valid
10	0,712	0.308	Valid
11	0,649	0.308	Valid
12	0,-360	0.308	Valid
13	0,668	0.308	Valid
14	0,523	0.308	Valid
15	0,642	0.308	Valid
16	0,720	0.308	Valid
17	0,760	0.308	Valid
18	0,749	0.308	Valid
19	0,471	0.308	Valid
20	0,627	0.308	Valid
21	0,608	0.308	Valid
22	0,733	0.308	Valid

23	0,421	0.308	Valid
24	0,778	0.308	Valid
25	0,368	0.308	Valid

Sumber : Analisis Hasil Uji Validitas 2021

Berdasarkan tabel diatas uji validitas merupakan derajat ketepatan anantara data yang terjadi pada penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Arikunto dalam Agus Priambodo (2016:50) mengatakan bahawa validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrument. Suatu instrmen yang dikatakan valid menunjukkan bahwa alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang diukur. Pada uji validitas disebutkan item soal dinyatakan valid apabila  $r$  hitung  $>$   $r$  table, dan dinyatakan tidak valid apabila  $r$  hitung  $<$   $r$  table. Berdasarkan uji validitas menggunakan rumus product moment dengan taraf signifikan  $r$  tabel diperoleh 0,308. Item pernyataan yang dinyatakan tidak valid berjumlah adalah 3 item nomor yaitu 1,2,3. Sedangkan nomor item 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24 dan 25  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel, maka nomor item tersebut dinyatakan valid.

## 2. Uji Realibitas

### **Tabel 4.6**

#### **Reliabilitas**

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,738	26

Sumber : Analisis Hasil Uji Reliabilitas 2021

Reabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliabel apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama. Menurut Sugiyono dalam Agus Priambodo (2016: 51-52) instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Dari data table pada uji reliabilitas dinyatakan angket reliabel apabila  $r_{hitung} > r_{table}$ , dan dinyatakan angket tidak reliabel apabila  $r_{hitung} < r_{table}$ . Berdasarkan distribusi signifikansi 5%, diketahui  $r_{tabel} = N = 20 = 0,308$ . Diketahui  $\text{Crombach's Alpha } 0,738 > 0,308$ , dapat disimpulkan bahwa angket dinyatakan reliabel/ konsisten.

### 3. Uji Wilcoxon

**Tabel 4.7**  
**Hasil Uji Wilcoxon**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POS TEST - PRE TEST	Negative Ranks	6(a)	3,50	21,00
	Positive Ranks	0(b)	,00	,00
	Ties	0(c)		
	Total	6		

a EST < PRE TEST

b POS TEST > PRE TEST

c POS TEST = PRE TEST

Sumber : Analisis Uji Wilcoxon 2021

Berdasarkan tabel diatas perilaku prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 02 Kota Tegal sebelum diberikan perlakuan dan setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku negative

ranks atau selisih negative antara perilaku prokrastinasi sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan adalah adanya penurunan yang terlihat dari nilai (N) 6, Mean Rank 3,50, dan Sum of Rank 21,00 ini menunjukkan adanya penurunan dari nilai pretest ke nilai posttest.

Positive Rank atau selisih positif antara hasil perilaku prokrastinasi untuk pretest dan posttest, adalah 0, baik nilai (N), Mean Rank, maupun Sum Rank. Nilai 0 ini yang artinya menunjukkan tidak adanya peningkatan setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dari nilai pretest dan nilai post test. Ties atau kesamaan nilai pretest dan post test. Nilai Ties adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara pretest dan post test.

**Tabel 4.8**  
**Hasil Uji Test Statistics**

	POS TEST - PRE TEST
Z	-2,207(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	,027

a Based on positive ranks.

b Wilcoxon Signed Ranks Test

Sumber : Analisis Hasil uji wilcoxon 2021

Berdasarkan tabel diatas output test statistik diketahui Asymp.Sig (2-tailed) bernilai ,027. Nilai ,027 lebih kecil dari pada 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”. Artinya ada perbedaan antara

hasil perilaku prokrastinasi siswa setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk Pretest dan Postets, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya keefektifan dari judul keefektifan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal.

#### **E. Pembahasan**

Hasil analisis data dari 6 responden yang diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dengan pretest dan post tes penelitian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa terdapat keefektifan dari judul keefektifan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal. Berdasarkan tujuan dari penelitian ini sendiri adalah untuk mengetahui apakah perilaku prokrastinasi siswa adanya penurunan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Perilaku prokrastinasi siswa ditunjukkan melalui beberapa aspek berupa *Perceived Time* (Waktu yang dirasakan), *Intention-Action Gap* (Celah antara keinginan dan perilaku), *Emotional Distress* (Tekanan emosi), dan *Perceived Ability* (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki). Siswa perlu mengetahui dampak dari perilaku prokrastinasi agar siswa terhindar dari hal yang tidak diinginkan. Menurut Ferrari (dalam Julyanti & Aisyah, 2015:19), juga mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat berakibat negatif, yaitu: (a) Melakukan prokrastinasi banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia; (b) Tugas-tugas menjadi terbengkalai,

bahkan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal; (c) Prokrastinasi juga bias; (d) mengakibatkan seseorang kehilangan kesempatan dan peluang yang datang.

Berdasarkan hasil perhitungan deskriptif ,diketahui bahwa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku, gambaran perilaku prokrastinasi siswa kelas XI IPS dari 6 siswa termasuk dalam kriteria tinggi dengan Presentase rata-rata 87,2%. Hal ini menunjukkan sebagian besar siswa belum memiliki pengetahuan mengenai dampak buruk dari perilaku prokrastinasi. Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku presentase rata-rata dari 6 siswa mengalami penurunan menjadi 52,8 % termasuk dalam kriteria rendah, dan mengalami presentasi penurunan rata-rata siswa sekitar 34,3%. Hasil Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Widiyastuti dkk (2015: 5) Bukti bahwa konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik adalah adanya perubahan indikator dalam aspek perilaku prokrastinasi akademik pada siswa sebelum di berikan konseling kelompok dengan sesudah di berikan konseling kelompok. Siswa yang semula sering menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugasnya setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* menjadi tidak lagi sering menunda mengerjakan tugasnya seperti yang dilakukan oleh A. Begitu juga dengan siswa lainnya

yang mengalami penurunan perilaku prokrastinasi akademik dalam semua indikator prokrastinasi akademik

Layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku dapat mempengaruhi dan menurunkan perilaku prokrastinasi siswa. Layanan konseling kelompok memiliki tujuan agar anggota memperoleh informasi mengenai hal-hal yang sebelumnya siswa belum mengetahuinya. Menurut Prayitno (2013: 311) menjelaskan bahwa proses pengentasan masalah individu dalam konseling kelompok mendapatkan dimensi yang lebih luas. Pada layanan konseling kelompok peserta didik dituntut untuk mampu menyampaikan pendapat, saran ataupun ide demi membantu terentaskannya masalah yang dihadapi anggota dalam kelompok.

Upaya mengatasi prokrastinasi siswa peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku, dimana siswa akan menyusun rencana dan mampu mengatasi prokrastinasi yang akan berdampak tidak baik untuk nilai akademiknya. Behavior contract atau kontrak perilaku adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan klien) untuk mengubah perilaku tertentu pada klien (Latipun, 2010: 95). Teknik kontrak perilaku dalam pemberian layanan konseling kelompok ini untuk mengatasi perilaku prokrastinasi siswa dirasa efektif karena dari pelaksanaan teknik ini dapat membantu mengubah perilaku siswa tanpa ada paksaan dari siapapun karena kontrak perilaku yang dibuat berasal dari siswa sendiri yang membuatnya. Hasil Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rokhman Miftah

Khorirur dkk (2019: 9) Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik yang dialami siswa dapat diatasi menggunakan layanan konseling behavioristik dengan teknik behavior contract.

Teknik kontrak perilaku adalah perjanjian dua orang ataupun lebih untuk berperilaku dengan cara tertentu dan untuk menerima hadiah bagi perilaku itu dengan cara:

- 1) Tahap pembentukan yaitu peneliti menyampaikan maksud dari tujuan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok serta saling mengungkapkan dan mengenalkan diri.
- 2) Tahap peralihan, yaitu menjelaskan tahap berikutnya, mengamati apakah para anggota konseling sudah siap mengikuti kegiatan pada tahap berikutnya, membahas permasalahan yang terjadi serta meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- 3) Tahap kegiatan yaitu masing-masing anggota mengungkapkan suatu permasalahan, dengan ini permasalahannya sudah ditentukan yaitu mengenai prokrastinasi, anggota menyampaikan suatu permasalahan yang dialaminya. Pada tahap ini Pemimpin kelompok menjelaskan teknik kontrak perilaku yaitu dengan membantu siswa menentukan perilaku sasaran dan membantu memonitor perilaku tersebut. Pada tahap ini pemimpin kelompok akan membuat kontrak perilaku format tertulis dengan anggota

kelompok mengenai perilaku yang ingin diubah dan tidak mengulangi kembali hal-hal yang sudah ditulis didalam format kontrak perilaku.

- 4) Tahap pengakhiran yaitu pertanda kegiatan ini akan segera berakhir, pemimpin dan anggota kelompok mengungkapkan kesan dan kesimpulan dari hasil kegiatan yang telah dilaksanakan serta menentukan kegiatan lanjutan.

Berdasarkan hasil perhitungan data peneliti, menunjukan bahwa presentase prokrastinasi siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku lebih rendah dibanding dengan presentase sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Penurunan tersebut menunjukan bahwa prokrastinasi siswa dapat diatasi melalui layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku. Output test statistik diketahui Asymp.Sig (2-tailed) bernilai 0,027. Nilai 0,027 lebih kecil dari  $<0,05$  maka dapat disimpulkan “Hipotesis diterima”. Artinya ada perbedaan antara hasil penurunan prokrastinasi siswa setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk Pretest dan Post test, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Kota Tegal dapat diambil kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku efektif dalam mengatasi prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.

Prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku (Pretset) termasuk dalam kategori tinggi. Prokrastinasi siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku (Post test) dalam kategori rendah. Prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal sebelum diberikan perlakuan dan setelah mendapatkan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku, negative Rank atau selisih negative antara prokrastinasi siswa sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan adanya penurunan yang terlihat dari nilai (N) 6, Mean Rank 3,50 dan Sum of Rank 21,00 menunjukkan adanya penurunan dari nilai pretest ke posttest atau tidak adanya peningkatan dari nilai pretest ke posttest.

Nilai 0 menunjukkan tidak adanya kenaikan dari nilai pretest ke nilai posttest. Positif Rank selisih positif antara prokrastinasi siswa

untuk pretets dan psotes adalah, yang terlihat dari data psotif (N) 0, artinya siswa tidak mengalami kenaikan setelah mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku atau bisa dikatakan adanya penurunan dalam mengatasi prokrastinasi. Ties atau kesamaan jumlah rangking positif atau Sum Ties adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara Pretest dan Posttets.

Output test statistic diketahui Asymp Sig (2-tailed) bernilai ,027. Nilai ,027 lebih kecil, dari  $<0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”. Artinya ada perbedaan antara hasil mengatasi prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal untuk Pretest dan Postets, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada keefektifan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku untuk mengatasi prokrastinasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka ada beberapa saran yang dapat disampaikan sebagai bahan pertimbangan, antara lain:

1. Peserta didik diharapkan belajar giat dan tidak melakukan prokrastinasi dikemudian hari karena tugas sekolah adalah tanggung jawab dari seorang pelajar, dengan tidak menunda-nunda mengerjakan tugas akan terhindar dari dampak yang tidak diinginkan.

2. Bagi guru BK SMAN 2 Tegal diharapkan agar dapat mengaplikasikan layanan konseling kelompok teknik kontrak perilaku ini untuk nantinya dapat mengatasi prokrastinasi siswa yang nantinya akan menunjang prestasi akademik maupun non akademik peserta didik.
3. Bagi kepala sekolah SMAN 2 Tegal sebagai penanggung jawab BK di sekolah, diharapkan hasil penelitian ini menjadi acuan bagi kepala sekolah sebagai kajian dan evaluasi terkait untuk mengatasi prokrastinasi siswa. Sehingga perlu adanya pendekatan lebih lanjut terutama pada siswa yang mengalami tingkat prokrastinasi yang tinggi.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam pelaksanaan maupun hasil yang diperoleh dari hasil penelitian, tidak lepas dari keterbatasan yang ditemui selama melakukan penelitian. Adapun keterbatasan tersebut antara lain sebagai berikut:

1. Pelaksanaan penelitian pada masa pandemi covid-19 tidak bisa bertemu secara langsung dengan siswa, yang mengharuskan peneliti untuk melakukan penelitian secara online.
2. Pertemuan secara virtual dalam pembahasan kegiatan terkendala sinyal yang kurang bagus atau tidak stabil.
3. Treatment dilakukan tidak selalu tepat pada waktu yang ditentukan, sehingga waktu pelaksanaan menjadi lebih terbatas,

karena siswa harus segera melakukan aktivitas lain. Dalam setiap pelaksanaan treatment peneliti menyelingi humor ringan kepada siswa agar siswa menjadi lebih bersemangat dan santai lagi.

4. Pelaksanaan tretmen menggunakan aplikasi zoom berlangsung, sering terjadi siswa siswi keluar masuk room meeting karena sinyal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, I., & Khan, N. 2012. "Relationship between parental socio-economic conditions and student's academic achievements:: A case of district dir, timergara, pakistan. *Global Advanced Research Journal of Educational Research and Review*. Vol 1, No.7.
- Ardina, Putri & Wulan, Dwi Kencana. 2016. "Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa". *Jurnal Persepektif Ilmu Pendidikan*. Vol. 30 No. 1.
- Arif Rohman. 2009. *Memahami Pendidikan dan Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: Laksbang Mediatama.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Burka, J. B, dan Yuen, L.M. 2008. *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*. New York:Perseus Books.
- Corey, Gerald. 2012. *Theory and Practice of Group Counseling*. Eighth edition. USA: Broks/Cole Thompson
- Chornelia, Ayu. (2013). "Pengaruh Stres Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP Katolik Wignya Mandala Tumpang". *Jurnal Psikovidya*. Vol 17, No 1. ISSN: 0853-8050
- Depdiknas .2003. Undang-undang RI No.20 tahun 2003.*Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Fitriya & Lukmawati. 2016. "Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik". *Jurnal Psikologi Islami*. Vol. 2, No. 1.
- Fuad, M. Busyrol. 2007. "Korelasi Antara Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas 3 MTS Surya Buana Malang" Skripsi: Universitas Islam Negeri (UIN) Malang.
- Ghufron, M. Nur & Rini R.S. 2010. *Teori-Teori Psikolog*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Ghufron, M. Nur & Risnawita, Rini. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Ghufron, M. Nur & Risnawati, Rini. 2014. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Gunarya, Arlina. 2011. *Teknik Mengatasi Prokrastinasi*. Modul SS06. Basic Study Skills UNHAS.

- Jacobs, Ed. E., Masson, R.L., Harvill, R.L., & Schimmel C.J. 2012. *Group conseling: strategies and skills*. (7th Edition). USA: Brooks/Cole
- Juliawati, D. (2016). "Peran Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor dalam Mengurangi Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah". Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan, 1(2)
- Julyanti, Miranda & Aisyah, Siti. 2015. "Hubungan Antara Kecanduan Internet Dengan Prokrastinasi Tugas Sekolah Pada Remaja Pengguna Warnet di Kecamatan Medan Kota". Jurnal Diverista. Vol. 1, No. 2.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni dan Karsih. 2014. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Kurnanto, Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling*. Malang: UPT UMM
- Latipun. 2015. *Psikologi Konseling. Edisi 4*. Malang: UMM Press.
- Malichah, A. 2016. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Pengurangan Perilaku Membolos Siswa Kelas XII SMK Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017 (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang)". Skripsi di akses pada tanggal 23-September-2021
- Mardhiyyah, Rahmah Winnit.dkk. 2018 "Pendekatan Konseling Behavioral Untuk Mengurangi Prokrastinasi Pada Siswa SMA". Jurnal Fokus (Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan). Vol. 01, No. 04.
- Masfufah,Ulfa 2012. Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Mahasantri Baru di Ma'had Sunan Ampel Al-Ali Malang. Skripsi.
- Moleong, L.J. 2011. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung.: PT. Remaja Rosdakarya.
- Prayitno, dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan &Konseling* Jakarta: Asdi Mahasatya,
- Puswanti. 2014. "Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akedemik Melalui Konseling Kelompok Melalui Metode Pendekatan Behavioristik pada Siswa SMK, Psikopedagogia " Vol.3 No.1.

- Rokhman, Miftah Khoirur. Dkk. 2019. "Mengatasi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik Behavior Contract". *Jurnal Prakarsa Paedagogja*. Vol, 2. No. 01
- Savira, Fitria & Suharsono, Yudi. 2013. "Self-Regulated Learning (Srl) Dengan Prokrastnasi Akademik Pada Siswa Akse-leras". *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 01, No.01.
- Savitri. 2011. "Arti Belajar Penting Ditanamkan Pada Anak Usia Sekolah". LPTUI.
- Setyowati,Erli, Hardi Santoso, dan Yudi Biantaro. 2020. "*Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Pada Peserta Didik Kelas Xi Tkj Di Smk Ma'arif 1 Nanggulan.*"
- Septi Wahyuni, 2016. "Peningkatan Kedisiplinan Siswa Di Sekolah Melalui Teknik Kontrak Perilaku (Behavior Contract) Pada Anak Kelompok B Di Tk Aba Pakis Dlingo"., Skripsi Mahasiswa BK, hlm 31
- Saputra Malik Yusuf dan Najlatun Naqiyah. 2020. "Teknik Kontrak Perilaku Dalam Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Menyontek peserta Didik Saat Ulangan Pada Kelas VIII C SMP Negeri 36 Surabaya". *Jurnal Bimbingan dan Konseling*.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhendri, Dini Rahkmawati. 2018. *Pendekatan Konseling*. Yogyakarta: Magnum Pustaka Utama.
- Sunardi, Primastiwi, A. 2015. *Pengantar Bisnis: Konsep, Strategi, dan Kasus*. Yogyakarta: CAPS.
- Surijah, E, & Sia, T. 2010. "Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness", *Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 22, No.4.
- Sutriyono, S., Riyani, R., & Prasetya, B. E. 2012. "Perbedaan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi UKSW berdasarkan tipe kepribadian A dan B". *Satya Widya*. , Vol. 28, No.2. : 127-135

- Triyono, dan Alfin Miftahul Khairi. 2018. "Prokrastinasi Akademik Siswa Sma (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam)". *Jurnal Al Qalam*, Vol. 19, No. 2.
- Triyad Rohi, Dini Rakhmawati, dan Tri Hartini., 2020. "Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita". *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 5, No2, Maret 2020 (27-32)
- Victorique, Eukaristia. 2012. Teknik Kontrak Perilaku <http://animenekoi.blogspot.com/2012/03/teknik-kontrak-perilaku.html> [Accesed 18 juni 2021]
- Wangid, M. N. 2019. "Prokrastinasi akademik: Perilaku yang harus dihilangkan". *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 2(2).
- Westri, Prima. 2016. "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Diskusi Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tasikmadu". *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*.
- Wicaksono, Luhur. 2017 . "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa". *Jurnal Pembelajaran Prospektif*. Vol. 2, No. 2.
- Widiyastuti Try, Muhammad Japar, Dan Sugiyad. 2015. "Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa". *Jurnal Edukasi Penelitian*
- Wiladantika, K. P., Dharsana, I. K., & Suranata, K.. 2014. "Modeling Untuk Meminimalisir Perilaku Agresif Siswa Kelas XI Bahasa Sma Negeri 2 Singaraja". *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*. Vol. 2, No. 1.

# LAMPIRAN

**Lampiran 1. Tabel populasi siswa kelas XI IPS SMAN 2 Tegal**

No	Nama	L/P	Umur	Kelas
1	MOCHAMMAD BAYU DWI PRAKASA	L	16	XI IPS 1
2	Hanim Nurhalizah	P	16	XI IPS 1
3	Farah Nafilah Firdaus	P	16	XI IPS 1
4	AVRI ALYA ZABRINA	P	16	XI IPS1
5	EVAN NURZEIN AULIYA	L	16	11 IPS 1
6	naila rahmayanti	P	16	XI IPS 1
7	RENDI ARYA NUGRAHA	L	17	XI IPS 1
8	Nanda Pramesty Utami	P	16	XI IPS 1
9	DINA AISY AWALIYAH	P	16	XI IPS 1
10	Muhammad Mitkhal Abdillah Yusuf	L	16	11 IPS 1
11	Marshella Naifa Alya	P	15	11 IPS 1
12	Fakhurroziq Tisa Bughury	L	15	XI IPS 1
13	Yudistira Rifki Ramdhani	L	16	XI IPS 3
14	BAGAS MAULANA	L	18	11 IPS 3
15	AHNAF ZHUVAR ZHAIN	L	16	XI IPS 3
16	Devani sunaya adi syafitri	P	17	XI ips 3
17	MOH. ADZANI NUH SUBKHI	L	17	11 ips 3
18	Rachel Natalie	P	16	XI IPS 3
19	Amanda Lestari	P	17	XI IPS 3
20	Dhimas triwibowo	L	16	XI ips 3
21	Diah Amalia Noviyanti	P	16	11 IPS 3
22	Muhammad Nabil fauzi	L	15	XI IPS 3
23	Hani Marini	P	16	XI ips 3
24	Sigit Nugroho	L	16	XI IPS 3
25	Dwi Aryanti	P	17	11 IPS 3
26	Hillwa Shifana	P	16	11 IPS 3
27	Widya Oktaviani	P	16	XI IPS 3
28	Hino avanza sumardi	L	17	11 ips 2
29	Livia Ayu P	L	17	xi ips 2
30	Armanto	P	17	11 IPS 2
31	Diva Putri Septianti	P	16	XI IPS 2
32	Ade Irma	P	16	XI IPS 2

33	Nadia Putri Arifiani	P	16	XI IPS 3
34	Widia Ayu Nur'Aliyah	P	17	XI IPS 3
35	Dwi Pujiati	P	17	11 IPS 3
36	Dewi Olyvia	P	17	XI Ips 2
37	M NIZAR DANISWARA	L	17	11 IPS 2
38	Karnia	L	16	XI IPS 3
39	Bagas Apriliyanto	P	16	11 IPS 2
40	MAHESA PUTRA YOGA PRATAMA	L	17	XI IPS 2
41	Ahmad Hanif	L	16	XI IPS 2
42	IZAZ RIZQI MAULANA	L	15	XI IPS 3
43	Bima Satria w k	P	16	XI IPS 2
44	Farrel yaqzan fa'ith	P	16	11 IPS 2
45	Muhammad Afzal Rifqi F	L	16	11 IPS 2
46	NAYLA SYAHDA TALITHA	P	16	11 IPS 4
47	Iga Mawarni	P	16	11 IPS 4
48	Mahesa Dwi saputra	L	16	11 IPS 4
49	Bayu Prasetyo	L	16	11 IPS 4
50	Auliyah eka maharani	P	16	11 IPS 4
51	Zahra Nur Rosqo Yumna	P	16	11 IPS 4
52	ananda asti arielia islami	P	16	11 IPS 4
53	Dea amalia	P	18	11 IPS 4
54	Merliana Nur Hanifah	P	16	11 IPS 4
55	Renata dike aulia	P	17	11 IPS 4
56	Hanifah Dwi Sahara	P	16	11 IPS 4
57	Kamelia Qotrun Nada	P	16	11 IPS 4
58	Shendy ta adinda	P	16	11 IPS 4
59	Izat Qolbi Ziaul Haq	L	16	11 IPS 4
60	AFRIZAL SUSANTO	P	17	XI IPS 2
61	Afriza Nur Fajrya	P	16	XI IPS 2
62	Nazar Anas	L	16	XI IPS 2
63	Nanda Dwi Pramasella	P	16	XI IPS 2
64	Muhamad Diaz Faizal	L	16	XI IPS 2
65	Nunik Talenta L	P	16	XI IPS 2
66	Silvia Sujianto	P	16	XI IPS 2
67	Erinna Widyadhari	P	16	XI IPS 2
68	nuni arisah	P	16	XI IPS 2
69	Dimas Ardiwinata	L	16	XI IPS 2
70	Winanti Hapsari	P	16	XI IPS 2
71	Ismia Chaerun N	P	16	XI IPS 2

72	Alif Siahanturi	L	17	XI IPS 2
73	Ninda Anugrah Hati S	P	16	XI IPS 5
74	Egi Reza	L	17	XI IPS 5
75	Irkhamna Ainun N	P	16	XI IPS 5
76	Raihan Among M	L	16	XI IPS 5
77	Viryal Arliyani	P	16	XI IPS 5
78	Fida Aisha Rahmadini	P	17	XI IPS 5
79	Robby Nurul H	L	16	XI IPS 5
80	Gusti Zaenul Arbian	L	17	XI IPS 5
81	M.Farhan Adyatma	L	16	XI IPS 5
82	M.Tegar D.A	L	16	XI IPS 5
83	Muhammad Rafly	L	16	XI IPS 5
84	Arjuna Septian H.	L	16	XI IPS 5
85	Beening Jiwa P	L	16	XI IPS 5
86	Zhalika Canbara Adzani	L	17	XI IPS 5
87	Lilly Nur Indah S	P	16	XI IPS 5
88	Nur Eko	L	16	XI IPS 5
89	Nur Rochim	L	16	XI IPS 5
90	Rizha Bastian	L	16	XI IPS 5
91	Yulli Nourin	P	16	XI IPS 5
92	Sinta Dewi	P	16	XI IPS 5
93	Eni Maryani	P	16	XI IPS 5
94	Salma Mahdiyah	P	16	XI IPS 4
95	Wahyu Milansari	L	16	XI IPS 2
96	Atika Sari	P	16	XI IPS 2
97	Susi Lestari	P	16	XI IPS 2
98	Agus Susanti	L	16	XI IPS 2
99	Bayu Harnoto	L	16	XI IPS 2
100	Febri Yoga	L	16	XI IPS 2
101	Amah saini	P	16	XI IPS 1
102	Asfi Shofyatal Ashfiya	P	16	XI IPS 1
103	BILQIS Maura	P	16	XI IPS 1
104	damar ridho syabani	L	16	XI IPS 1
105	DEANISA FASA KAYLA	P	16	11 IPS 1
106	ELORA PUTRI	P	16	11 IPS 4
107	ENDR SETIAJI	L	16	XI IPS 4
108	GHINA Nur	P	16	XI IPS 4
109	jihan nur fauzaiyah	P	16	XI IPS 5
110	JINUARTI SIADARI	P	16	XI IPS 3

111	mercyana	L	16	11 IPS 4
112	renaldi ramadhan	L	16	11 IPS 4
113	Renske Juwita andini	p	16	XI IPS 3
114	wikrama	L	16	XI IPS 2
115	VINCENCIUS RAFAEL	L	16	11 IPS 3
116	USMAN ZUHRI	L	16	11 IPS 4
117	TEGAR FACHREZI MAJID	L	16	11 IPS 4
118	Syafia Ainul Hawa	P	16	XI IPS 1
119	SINTA AULIA SEPTIANI	P	16	XI IPS 1
120	Rinen Ajeng Ramadhani	P	16	XI IPS 1
121	NUR CHOLIFAH	P	16	XI IPS 1
122	SANTIKA	P	16	XI IPS 1
123	YUNIAR nurul Hidayah	P	16	XIIPS 1
124	Zaki Arief	L	16	11 IPS 1

**Tabel Sample siswa prokrastinasi**

No	Nama	L/P	Umur	Kelas
1	Fakhurroziq Tisa Bughury	L	15	XI IPS 1
2	Hani Marini	P	16	XI IPS 3
3	Ade Irma	P	16	XI IPS 2
4	Ahmad Hanif	L	16	XI IPS 2
5	Muhammad Afzal Rifqi F	L	16	XI IPS 2
6	Salma Mahdiyah	P	16	XI IPS 4

**Lampiran 2. Tabel kisi-kisi rancangan item instrumen skala prokrastinasi**

No	Indikator	Item	
		Favorable	Unfavorable
1.	Perceived Time (Waktu yang dirasakan)	<p>1. Adanya media sosial seperti twitter dan instagram dll membuat tugas-tugas saya terbengkalai.</p> <p>9. Saat sedang mengerjakan tugas, saya sering melamunkan hal-hal diluar topik sehingga penyelesaian tugas menjadi lambat.</p> <p>17. Saya sering mendapat teguran dari guru karena terlambat mengumpulkan tugas.</p>	<p>5. Saya lebih memilih mengutamakan tugas yang menjadi tanggungjawab saya, meskipun harus melawan rasa malas untuk mengerjakan.</p> <p>13. Saya memanfaatkan waktu luang untuk mengerjakan tugas.</p> <p>21. Tugas dari guru segera saya kerjakan agar cepat selesai.</p>
2.	Intention-Action Gap (Celah antara keinginan dan perilaku)	<p>6. Saya tidak menepati waktu yang sudah di direncanakan untuk mengerjakan tugas.</p> <p>14. Saya mengalami kesulitan untuk</p>	<p>2. Meskipun guru belum menjelaskan materi yang akan dibahas, saya rajin membaca materi.</p> <p>10. Saya mengerjakan tugas secara bertahap.</p>

		<p>fokus mengerjakan tugas.</p> <p>22. Saya selalu telat dalam mengumpulkan tugas dari batas waktu yang ditentukan.</p>	
3.	Emotional Distress (Tekanan emosi)	<p>3. Ketika mendapatkan nilai jelek saya takut dikucilkan oleh teman-teman.</p> <p>11. Saya tidak percaya diri karena selalu salah dalam mengerjakan tugas.</p> <p>19. Saya merasa malu untuk meminjam buku ke perpustakaan karena selalu terlambat untuk mengembalikan.</p>	<p>7. Saya merasa cemas bila belum menemukan buku/teori sesuai tugas yang diberikan oleh guru.</p> <p>15. Saya bangga dengan hasil tugas yang dikerjakan sendiri.</p> <p>23. Saya selalu berusaha optimis dalam mengerjakan tugas.</p>
4.	Perceived Ability (Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki).	<p>8. Pada saat mengerjakan tugas saya merasa gugup dan sulit berkonsentrasi.</p> <p>16. Sebelum</p>	<p>4. Dalam mengerjakan tugas, saya mengkomunikasikan kesulitan yang saya hadapi pada guru.</p> <p>12. Nilai tidak</p>

		<p>menguasai materi saya merasa enggan untuk mengerjakan tugas.</p> <p>24. Saya merasa kesulitan untuk mengerjakan tugas sehingga membutuhkan waktu yang lama.</p> <p>18. Saya merasa kurang memahami materi sehingga malas mengerjakan tugas.</p>	<p>memuaskan hal biasa bagi saya, karena nilai bagus tidak harus diperoleh dalam satu kali mengerjakan tugas.</p> <p>20. Untuk mempercepat mengumpulkan tugas, saya selalu membaca buku materi.</p> <p>25. Saya senang berdiskusi dengan teman ketika mengerjakan tugas.</p>
--	--	--	--

### Lampiran 3. Skala likert penelitian prokrstinasi

#### 1) Identitas

Nama : .....

Jenis Kelamin : L/P

Umur : .....

Kelas : .....

#### 2) Petunjuk Pengisian

Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan berikut ini. Anda diminta untuk mengemukakan apakah pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda, dengan cara memberi tanda silang (  $\surd$  ) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia, yaitu:

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya rajin dalam mengumpulkan tugas	$\surd$			

Pilihlah jawaban pada lembar yang tersedia :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Adanya media sosial seperti twitter dan instagram dll membuat tugas-tugas saya terbengkalai.				
2.	Meskipun guru belum menjelaskan materi yang akan dibahas, saya rajin membaca materi.				

3.	Ketika mendapatkan nilai jelek saya takut dikucilkan oleh teman-teman.				
4.	Dalam mengerjakan tugas, saya mengkomunikasikan kesulitan yang saya hadapi pada guru.				
5.	Saya lebih memilih mengutamakan tugas yang menjadi tanggungjawab saya, meskipun harus melawan rasa malas untuk mengerjakan.				
6.	Saya tidak menepati waktu yang sudah di direncanakan untuk mengerjakan tugas.				
7.	Saya merasa cemas bila belum menemukan buku/teori sesuai tugas yang diberikan oleh guru.				
8.	Pada saat mengerjakan tugas saya merasa gugup dan sulit berkonsentrasi.				
9.	Saat sedang mengerjakan tugas, saya sering melamunkan hal-hal diluar topik sehingga penyelesaian tugas menjadi lambat.				
10.	Saya mengerjakan tugas secara bertahap.				
11.	Saya malu karena selalu salah dalam mengerjakan tugas.				
12.	Nilai tidak memuaskan hal biasa bagi saya, karena nilai bagus tidak harus diperoleh dalam satu kali mengerjakan tugas.				
13.	Saya memanfaatkan waktu luang untuk mengerjakan tugas.				
14.	Saya mengalami kesulitan untuk fokus mengerjakan tugas.				
15.	Saya bangga dengan hasil tugas yang di kerjakan sendiri.				
16.	Sebelum menguasai materi saya merasa enggan untuk mengerjakan tugas.				

17.	Saya sering mendapat teguran dari guru karena terlambat mengumpulkan tugas.				
18.	Saya merasa kurang memahami materi sehingga malas mengerjakan tugas.				
19.	Saya merasa malu untuk meminjam buku ke perpustakaan karena selalu terlambat untuk mengembalikan.				
20.	Untuk mempercepat mengumpulkan tugas, saya selalu membaca buku materi.				
21.	Tugas dari guru segera saya kerjakan agar cepat selesai.				
22.	Saya selalu telat dalam mengumpulkan tugas dari batas waktu yang ditentukan.				
23.	Saya selalu berusaha optimis dalam mengerjakan tugas.				
24.	Saya merasa kesulitan untuk mengerjakan tugas sehingga membutuhkan waktu yang lama.				
25.	Saya senang berdiskusi dengan teman ketika mengerjakan tugas.				

**Lampiran 4. Tabel Hasil Uji Validitas**

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,073	0.308	Tidak Valid
2	0,253	0.308	Tidak Valid
3	0,280	0.308	Tidak Valid
4	0,545	0.308	Valid
5	0,568	0.308	Valid
6	0,675	0.308	Valid
7	0,498	0.308	Valid
8	0,638	0.308	Valid
9	0,627	0.308	Valid
10	0,712	0.308	Valid
11	0,649	0.308	Valid
12	0,-360	0.308	Valid
13	0,668	0.308	Valid
14	0,523	0.308	Valid
15	0,642	0.308	Valid
16	0,720	0.308	Valid
17	0,760	0.308	Valid
18	0,749	0.308	Valid
19	0,471	0.308	Valid
20	0,627	0.308	Valid
21	0,608	0.308	Valid
22	0,733	0.308	Valid
23	0,421	0.308	Valid
24	0,778	0.308	Valid
25	0,368	0.308	Valid

**Lampiran 5. Tabel Hasil Uji Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,738	26

**Lampiran 6. Tabulasi hasil pretest**

NO	NAMA	Pre test		
		Jumlah skor pre test	Persentase	Kategori
1	Ade Irma	82	93%	Tinggi
2	Fakhurroziq Tisa Bughury	77	88%	Tinggi
3	Muhammad Afzal Rifqi Fazluhaq	76	86%	Tinggi
4	Salma Mahdiyah	80	91%	Tinggi
5	Hani Marini	72	82%	Tinggi
6	Ahmad Hanif	73	83%	Tinggi
<b>Rata-rata</b>		<b>76,7</b>	<b>87%</b>	<b>Tinggi</b>

**Lampiran 7. Tabulasi hasil post test**

NO	NAMA	Post test		
		Jumlah skor posttest	Persentase	Kategori
1	Ade Irma	61	69	Sedang
2	Fakhurroziq Tisa Bughury	44	50	Rendah
3	Muhammad Afzal Rifqi Fazluhaq	51	58	Rendah
4	Salma Mahdiyah	38	43	Rendah
5	Hani Marini	42	48	Rendah
6	Ahmad Hanif	43	49	Rendah
<b>Rata-rata</b>		<b>46,5</b>	<b>52,8</b>	<b>Rendah</b>

## Lampiran 8. Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL)

### RPL Pertama.



**SMA NEGERI 2 TEGAL**  
**Jl. Lumba Lumba No.24, Tegalsari, Kec. Tegal Bar., Kota Tegal,**  
**Jawa Tengah 52111**

---

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

#### KONSELING KELOMPOK

#### SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021

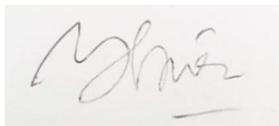
A	Komponen Layanan	Layanan responsive
B	Sasaran Layanan	FT kelas XI IPS 1, AI ,AH, dan MA kelas XI IPS 2, HM kelas XI IPS 3, SM kelas XI IPS 4.
C	Tempat Layanan	<i>Daring</i> (dilaksanakan dirumah masing-masing) melalui <i>google meet</i>
D	Waktu/ Pelaksanaan	1x 30menit
E	Rumusan Masalah	Peserta didik tidak mengumpulkan tugas sesuai waktu yang sudah di tentukan atau menunda-nunda untuk mengerjakan tugas sekolah/pekerjaan rumah (PR).
F	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga siswa melakukan prokrastinasi</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasannya dalam mencari solusi masalah yang dihadapi</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
G	Pendekatan Pemecahan Masalah	Behavior
H	Metode/Teknik Pemecahan Masalah	Diskusi Kelompok / Teknik kontrak perilaku
H	Media dalam Pemecahan Masalah	Laptop, <i>Google Form</i> , Hp untuk merekam video
I	Tahap Pelaksanaan Konseling kelompok	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tahap Pembentukan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima secara terbuka</li> <li>2. Mengucapkan salam secara terbuka dan dilanjutkan dengan doa.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Pemimpin Kelompok (PK) mengucapkan terimakasih dan mengajak Anggota Kelompok (AK) untuk mengikuti kegiatan dengan ceria, terbuka, sopan, dan gembira.</li> <li>4. PK menjelaskan konseling kelompok.</li> <li>5. PK menjelaskan tujuan konseling kelompok.</li> <li>6. PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>7. Menjelaskan azas- azas dalam konseling kelompok.</li> <li>8. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan.</li> <li>9. Ice breaking</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kembali konseling kelompok.</li> <li>2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</li> <li>3. Mengenali suasana apabila keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu tentang permasalahan yang akan dibahas.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan dari masalah yang dialami (Analisis ABC).</li> <li>3. Anggota kelompok secara bergantian mengemukakan pendapat atau bertanya.</li> <li>4. Menentukan tingkah laku yang akan diubah.</li> <li>5. Membuat format pembuatan kontrak perilaku tertulis.</li> <li>6. Menentukan jenis <i>reinforcement</i> yang akan diberikan.</li> <li>7. Memberikan penguatan (<i>reinforcement</i>) berupa hadiah atau <i>reward</i> yang akan diberikan apabila mampu dan setuju untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan kontrak perilaku tertulis.</li> </ol>
	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapaimasing-masing.</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan.</li> <li>4. Ucapan terimakasih.</li> </ol>

		5. Berdoa. 6. Perpisahan.
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan melalui link <i>google form</i>

Mengetahui:

Konselor Pamong



**Danny Nur Setiawan, S.Pd**

Peneliti/Konselor



**Divia Feby Eka Alrianto**

## RPL Kedua.



## SMA NEGERI 2 TEGAL

Jl. Lumba Lumba No.24, Tegalsari, Kec. Tegal Bar., Kota Tegal,  
Jawa Tengah 52111

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

## KONSELING KELOMPOK

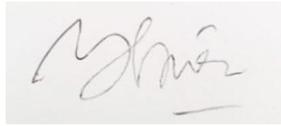
## SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021

A	Komponen Layanan	Layanan responsive
B	Sasaran Layanan	FT kelas XI IPS 1, AI ,AH, dan MA kelas XI IPS 2, HM kelas XI IPS 3, SM kelas XI IPS 4.
C	Tempat Layanan	<i>Daring</i> (dilaksanakan dirumah masing-masing) melalui <i>google meet</i>
D	Waktu/ Pelaksanaan	1x 30menit
E	Rumusan Masalah	Peserta didik tidak fokus dalam mengerjakan tugas
F	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>2. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasannya dalam mencari solusi masalah yang dihadapi</li> <li>3. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
G	Pendekatan Pemecahan Masalah	Behavior
H	Metode/Teknik Pemecahan Masalah	Diskusi Kelompok / Teknik kontrak perilaku
H	Media dalam Pemecahan Masalah	Laptop, <i>Google Form</i> , Hp untuk merekam video
I	Tahap Pelaksanaan Konseling kelompok	
	1. Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima secara terbuka</li> <li>2. Mengucapkan salam secara terbuka dan dilanjutkan dengan doa.</li> <li>3. Pemimpin Kelompok (PK) mengucapkan terimakasih dan mengajak Anggota Kelompok (AK) untuk mengikuti kegiatan dengan ceria, terbuka, sopan, dan gembira.</li> <li>4. PK menjelaskan konseling kelompok.</li> <li>5. PK menjelaskan tujuan konseling kelompok.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>6. PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>7. Menjelaskan azas- azas dalam konseling kelompok.</li> <li>8. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan.</li> <li>9. Ice breaking</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kembali konseling kelompok.</li> <li>2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</li> <li>3. Mengenali suasana apabila keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu tentang permasalahan yang akan dibahas.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan dari masalah yang dialami (Analisis ABC).</li> <li>3. Anggota kelompok secara bergantian mengemukakan pendapat atau bertanya.</li> <li>4. Menentukan tingkah laku yang akan diubah.</li> <li>5. Membuat format pembuatan kontrak perilaku tertulis.</li> <li>6. Menentukan jenis <i>reinforcement</i> yang akan diberikan.</li> <li>7. Memberikan penguatan (<i>reinforcement</i>) berupa hadiah atau <i>reward</i> yang akan diberikan apabila mampu dan setuju untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan kontrak perilaku tertulis</li> </ol>
	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapaimasing-masing.</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan.</li> <li>4. Ucapan terimakasih.</li> <li>5. Berdoa.</li> <li>6. Perpisahan.</li> </ol>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan melalui link <i>google</i>

		<i>form</i>
--	--	-------------

Mengetahui:  
Konselor/Guru Pamong,



**Danny Nur Setiawan, S.Pd**

Peneliti/Konselor



**Divia Feby Eka Alrianto**

## RPL Ketiga.



## SMA NEGERI 2 TEGAL

Jl. Lumba Lumba No.24, Tegalsari, Kec. Tegal Bar., Kota Tegal,

Jawa Tengah 52111

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

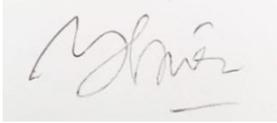
## KONSELING KELOMPOK

## SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021

A	Komponen Layanan	Layanan responsive
B	Sasaran Layanan	FT kelas XI IPS 1, AI ,AH, dan MA kelas XI IPS 2, HM kelas XI IPS 3, SM kelas XI IPS 4.
C	Tempat Layanan	<i>Daring</i> (dilaksanakan dirumah masing-masing) melalui <i>google meet</i>
D	Waktu/ Pelaksanaan	1x 30menit
E	Rumusan Masalah	Peserta didik tidak percaya diri dengan hasil tugas yang dikerjakan
F	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>2. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasannya dalam mencari solusi masalah yang dihadapi</li> <li>3. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
G	Pendekatan Pemecahan Masalah	Behavior
H	Metode/Teknik Pemecahan Masalah	Diskusi Kelompok / Teknik kontrak perilaku
H	Media dalam Pemecahan Masalah	Laptop, <i>Google Form</i> , Hp untuk merekam video
I	Tahap Pelaksanaan Konseling kelompok	
	1. Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima secara terbuka</li> <li>2. Mengucapkan salam secara terbuka dan dilanjutkan dengan doa.</li> <li>3. Pemimpin Kelompok (PK) mengucapkan terimakasih dan mengajak Anggota Kelompok (AK) untuk mengikuti kegiatan dengan ceria, terbuka, sopan, dan gembira.</li> <li>4. PK menjelaskan konseling kelompok.</li> <li>5. PK menjelaskan tujuan konseling kelompok.</li> <li>6. PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Menjelaskan azas- azas dalam konseling kelompok.</li> <li>8. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan.</li> <li>9. Ice breaking</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kembali konseling kelompok.</li> <li>2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</li> <li>3. Mengenali suasana apabila keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu tentang permasalahan yang akan dibahas.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan dari masalah yang dialami (Analisis ABC).</li> <li>3. Anggota kelompok secara bergantian mengemukakan pendapat atau bertanya.</li> <li>4. Menentukan tingkah laku yang akan diubah.</li> <li>5. Membuat format pembuatan kontrak perilaku tertulis.</li> <li>6. Menentukan jenis <i>reinforcement</i> yang akan diberikan.</li> <li>7. Memberikan penguatan (<i>reinforcement</i>) berupa hadiah atau <i>reward</i> yang akan diberikan apabila mampu dan setuju untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan kontrak perilaku tertulis</li> </ol>
	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapaimasing-masing.</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan.</li> <li>4. Ucapan terimakasih.</li> <li>5. Berdoa.</li> <li>6. Perpisahan.</li> </ol>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan melalui link <i>google form</i>

Mengetahui:  
Konselor/Guru Pamong,



**Danny Nur Setiawan, S.Pd**

Peneliti/Konselor



**Divia Feby Eka Alrianto**

## RPL Keempat.



## SMA NEGERI 2 TEGAL

Jl. Lumba Lumba No.24, Tegalsari, Kec. Tegal Bar., Kota Tegal,

Jawa Tengah 52111

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

## KONSELING KELOMPOK

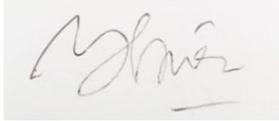
## SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021

A	Komponen Layanan	Layanan responsive
B	Sasaran Layanan	FT kelas XI IPS 1, AI ,AH, dan MA kelas XI IPS 2, HM kelas XI IPS 3, SM kelas XI IPS 4.
C	Tempat Layanan	<i>Daring</i> (dilaksanakan dirumah masing-masing) melalui <i>google meet</i>
D	Waktu/ Pelaksanaan	1x 30menit
E	Rumusan Masalah	Peserta didik sulit memahami materi yang diberikan oleh guru
F	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>2. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasannya dalam mencari solusi masalah yang dihadapi</li> <li>3. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
G	Pendekatan Pemecahan Masalah	Behavior
H	Metode/Teknik Pemecahan Masalah	Diskusi Kelompok / Teknik kontrak perilaku
H	Media dalam Pemecahan Masalah	Laptop, <i>Google Form</i> , Hp untuk merekam video
I	Tahap Pelaksanaan Konseling kelompok	
	1. Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima secara terbuka</li> <li>2. Mengucapkan salam secara terbuka dan dilanjutkan dengan doa.</li> <li>3. Pemimpin Kelompok (PK) mengucapkan terimakasih dan mengajak Anggota Kelompok (AK) untuk mengikuti kegiatan dengan ceria, terbuka, sopan, dan gembira.</li> <li>4. PK menjelaskan konseling kelompok.</li> <li>5. PK menjelaskan tujuan konseling kelompok.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>6. PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>7. Menjelaskan azas- azas dalam konseling kelompok.</li> <li>8. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan.</li> <li>9. Ice breaking</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kembali konseling kelompok.</li> <li>2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</li> <li>3. Mengenali suasana apabila keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu tentang permasalahan yang akan dibahas.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan dari masalah yang dialami (Analisis ABC).</li> <li>3. Anggota kelompok secara bergantian mengemukakan pendapat atau bertanya.</li> <li>4. Menentukan tingkah laku yang akan diubah.</li> <li>5. Membuat format pembuatan kontrak perilaku tertulis.</li> <li>6. Menentukan jenis <i>reinforcement</i> yang akan diberikan.</li> <li>7. Memberikan penguatan (<i>reinforcement</i>) berupa hadiah atau <i>reward</i> yang akan diberikan apabila mampu dan setuju untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan kontrak perilaku tertulis</li> </ol>
	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapaimasing-masing.</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan.</li> <li>4. Ucapan terimakasih.</li> <li>5. Berdoa.</li> <li>6. Perpisahan.</li> </ol>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan melalui link <i>google</i>

	<i>form</i>
--	-------------

Mengetahui:  
Konselor/ Guru Pamong,



**Danny Nur Setiawan, S.Pd**

Peneliti/Konselor



**Divia Feby Eka Alrianto**

## RPL Kelima.



## SMA NEGERI 2 TEGAL

Jl. Lumba Lumba No.24, Tegalsari, Kec. Tegal Bar., Kota Tegal,

Jawa Tengah 52111

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

## KONSELING KELOMPOK

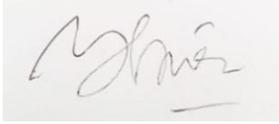
## SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021

A	Komponen Layanan	Layanan responsive
B	Sasaran Layanan	FT kelas XI IPS 1, AI ,AH, dan MA kelas XI IPS 2, HM kelas XI IPS 3, SM kelas XI IPS 4.
C	Tempat Layanan	<i>Daring</i> (dilaksanakan dirumah masing-masing) melalui <i>google meet</i>
D	Waktu/ Pelaksanaan	1x 30menit
E	Rumusan Masalah	Tidak dapat memanajemen waktu untuk mengerjakan tugas atau mengerjakan kegiatan diluar akademik
F	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>2. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasannya dalam mencari solusi masalah yang dihadapi</li> <li>3. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
G	Pendekatan Pemecahan Masalah	Behavior
H	Metode/Teknik Pemecahan Masalah	Diskusi Kelompok / Teknik kontrak perilaku
H	Media dalam Pemecahan Masalah	Laptop, <i>Google Form</i> , Hp untuk merekam video
I	Tahap Pelaksanaan Konseling kelompok	
	1. Tahap Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima secara terbuka</li> <li>2. Mengucapkan salam secara terbuka dan dilanjutkan dengan doa.</li> <li>3. Pemimpin Kelompok (PK) mengucapkan terimakasih dan mengajak Anggota Kelompok (AK) untuk mengikuti kegiatan dengan ceria, terbuka, sopan, dan gembira.</li> <li>4. PK menjelaskan konseling kelompok.</li> <li>5. PK menjelaskan tujuan konseling kelompok.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>6. PK menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>7. Menjelaskan azas- azas dalam konseling kelompok.</li> <li>8. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan.</li> <li>9. Ice breaking</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kembali konseling kelompok.</li> <li>2. Tanya jawab tentang kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</li> <li>3. Mengenal suasana apabila keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu tentang permasalahan yang akan dibahas.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan dari masalah yang dialami (Analisis ABC).</li> <li>3. Anggota kelompok secara bergantian mengemukakan pendapat atau bertanya.</li> <li>4. Menentukan tingkah laku yang akan diubah.</li> <li>5. Membuat format pembuatan kontrak perilaku tertulis.</li> <li>6. Menentukan jenis <i>reinforcement</i> yang akan diberikan.</li> <li>7. Memberikan penguatan (<i>reinforcement</i>) berupa hadiah atau <i>reward</i> yang akan diberikan apabila mampu dan setuju untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan kontrak perilaku tertulis</li> </ol>
	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri.</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapaimasing-masing.</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan.</li> <li>4. Ucapan terimakasih.</li> <li>5. Berdoa.</li> <li>6. Perpisahan.</li> </ol>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana yang menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan melalui link <i>google</i>

	<i>form</i>
--	-------------

Mengetahui:  
Konselor/ Guru Pamong,



**Danny Nur Setiawan, S.Pd**

Peneliti/Konselor



**Divia Feby Eka Alrianto**

**Lampiran 9. Format tertulis Kontrak Perilaku.  
Kontrak perilaku AI.**

**Format Tertulis  
Kontrak Perilaku**

Saya AI Pada tanggal 18, November 2021 Menyatakan bahwa saya setuju melakukan hal-hal dibawah ini:

1. Tidak melakukan prokrastinasi lagi atau menunda-nunda mengerjakan tugas.
2. Menghilangkan rasa malas.
3. Membuat rencana dan jadwal belajar.
4. Disiplin dalam membagi waktu untuk mengerjakan tugas.
5. Berusaha sebaik mungkin untuk mengerjakan tugas tepatwaktu.

Tegal, 18 November 2021



AI

**Lampiran 10. Format tertulis Kontrak Perilaku.****Kontrak perilaku MA.****Format Tertulis Kontrak  
Perilaku**

Saya MA Pada tanggal 20 November 2021 Menyatakan bahwa saya setuju melakukan hal-hal dibawah ini:

1. Menghilangkan rasa malas
2. Mengurangi bermain game
3. Mengatur waktu belajar, mengerjakan tugas dan bermain
4. Kalo ada tugas langsung dikerjakan
5. Membuat rencana dan jadwal belajar

Tegal, 20 November 2021



MA

**Lampiran 11 Format tertulis Kontrak Perilaku.****Kontrak perilaku FT .****Format Tertulis Kontrak Perilaku**

Saya FT Pada tanggal 22 November 2021 Menyatakan bahwa saya setuju melakukan hal-hal dibawah ini:

- 1) Mendahulukan tugas daripada bermain game
- 2) Membuat jadwal untuk tugas dan bermain game
- 3) Bertanya teman jika tugas/materi tidak paham
- 4) Lebih disiplin lagi terutama dalam hal tugas sekolah

Tegal, 22 November 2021



(FT)

**Lampiran 12 . Format tertulis Kontrak Perilaku.****Kontrak perilaku HM****Format Tertulis Kontrak Perilaku**

Saya HM Pada tanggal 24 November 2021 Menyatakan bahwa saya setuju melakukan hal-hal dibawah ini:

1. Mengurangi bermain medsos ketika sedang mengerjakan tugas
2. Menanyakan tugas kepada teman sekiranya sulit mengerjakan
3. Mematikan notifikasi ketika sedang mengerjakan tugas
4. Menganggap tugas deadline tidak lama
5. Mencari referensi ketika kesulitan mengerjakan tugas

Tegal, 24 November 2021



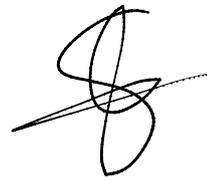
HM

**Lampiran 13. Format tertulis Kontrak Perilaku.****Kontrak perilaku SM****Format Tertulis Kontrak Perilaku**

Saya SM Pada tanggal 27 November 2021 Menyatakan bahwa saya setuju melakukan hal-hal dibawah ini:

1. Tidak melakukan prokrastinasi lagi atau menunda-nunda mengerjakan tugas
2. Menghilangkan rasa malas
3. Membuat rencana dan jadwal belajar
4. Mencari materi pembelajaran yang kurang paham di internet
5. Bertanya kepada teman jika kurang paham materi pelajaran dan tidak ada di internet

Tegal, 27 November 2021

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a horizontal line extending to the right.

(SM)

## Lampiran 14. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien AI

### AI Pertemuan kesatu. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : AI

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 18 November-2021

### AI Pertemuan kesatu. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : Rabu, 18 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Paham berbagai macam dampak menunda-nunda tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, saya memperolehnya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	sangat senang
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Melawan rasa malas mengerjakan tugas

Semarang, 18 November 2021



AI

**AI Pertemuan kedua. (Evaluasi Proses)**

**Format Penilaian Evaluasi Proses**

## Identitas

Nama Konseli : AI

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

## Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 20- November-2021

Ketua kelompok

**AI Pertemuan kedua. (Evaluasi Hasil)**

**Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : Senin , 20 November 2021

Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Memahami cara yang dilakukan untuk berusaha memahami tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, dapat diperoleh
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya mampu menyusun rencana
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Membuat jadwal rencana untuk mengerjakan tugas.

Semarang, 20 November 2021



AI

**AI Pertemuan ketiga. (Evaluasi Proses)**

**Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : AI

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok	√		

Tegal, 22 November-2021

Ketua Kelompok

### AI Pertemuan ketiga. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 22 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

<b>Aspek yang di Nilai</b>	<b>Pertanyaan</b>	<b>Respon</b>
<b>Understanding (U)</b>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Paham menyelesaikan solusi dalam permasalahan prokastinasi karena bermain gadget
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai permasalahan saya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, saya memperolehnya
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya mampu
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Belajar dengan giat

Semarang, 22 November 2021



AI

**AI Pertemuan keempat. (Evaluasi Proses)**

**Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : AI

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 24 November-2021

Ketua Kelompok

### AI Pertemuan keempat. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : Rabu, 24 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

<b>Aspek yang di Nilai</b>	<b>Pertanyaan</b>	<b>Respon</b>
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman permasalahan menunda tugas karena game
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Tidak, karena menghindari dari kecanduan game
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, dapat digunakan untuk memecahkan masalah saya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Merasa senang
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan ?	Sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Memprioritaskan tugas

Semarang, 24 November 2021



AI

## Lampiran 15. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien MA

### MA Pertemuan kesatu. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : MA

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 18- November-2021

Ketua Kelompok

### MA Pertemuan kesatu. (Evaluasi Hasil)

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 18 november 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengertahui banyak dampak penundaan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Memanfaatkan waktu yang luang untuk mengerjakan tugas

Semarang, 18 November 2021



(MA)

**MA Pertemuan kedua. (Evaluasi Proses)****Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : MA

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 20 -November-2021

Ketua Kelompok

**MA Pertemuan kedua. (Evaluasi Hasil)**

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 20 november 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengertahui banyak dampak penundaan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Memanfaatkan waktu yang luang untuk mengerjakan tugas

Semarang, 20 November 2021



(MA)

**MA Pertemuan ketiga. (Evaluasi Proses)****Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : MA

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok	√		
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 22 -November-2021

Ketua Kelompok

**MA Pertemuan ketiga. (Evaluasi Hasil)**

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 22 november 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengertahui banyak dampak penundaan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Mengumpulkan tugas sesuai deadline

Semarang, 22 November 2021



(MA)

### MA Pertemuan keempat. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : MA

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok	√		
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 24 -November-2021

Ketua Kelompok

### MA Pertemuan keempat. (Evaluasi Hasil)

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 24 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengertahui banyak dampak penundaan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Tidak banyak bermain gadget mementingkan tugas terdahulu.

Semarang, 24 November 2021



(MA)

**MA Pertemuan kelima. (Evaluasi Proses)****Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : MA

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 27 -November-2021

Ketua Kelompok

**MA Pertemuan kelima. (Evaluasi Hasil)**

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 27- November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengertahui banyak dampak penundaan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Tidak menyepelkan tugas

Semarang, 27 November 2021



(MA)

**FT Pertemuan kesatu. (Evaluasi Proses)****Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : FT

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 18 - November-2021

Ketua Kelompok

**FT Pertemuan kesatu. (Evaluasi Hasil)**

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 18-November-2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengertahui banyak dampak penundaan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Memanfaatkan waktu yang luang untuk mengerjakan tugas

Semarang, 18 November 2021



(  
FT

**FT Pertemuan kedua. (Evaluasi Proses)**

### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : FT

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 20 - November-2021

Ketua Kelompok

**FT Pertemuan kedua. (Evaluasi Proses)**

### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : FT

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 20 - November-2021

Ketua Kelompok

**FT Pertemuan kedua. (Evaluasi Hasil)**

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 20 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mendapat pengalaman
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Menghargai waktu yang ada mengatur waktu bermain dan sekolah

Semarang, 20 November 2021



(FT)

**FT Pertemuan ketiga. (Evaluasi Proses)**

**Format Penilaian Evaluasi Proses**

## Identitas

Nama Konseli : FT

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

## Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 22 - November-2021

Ketua Kelompok

**FT Pertemuan ketiga. (Evaluasi Hasil)**

**Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : 22 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok

Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Menambah wawasan tentang menunda-nunda tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Lebih rajin dan tidak menunda-nunda mengerjakan tugas

Semarang, 22 November 2021



(FT)

**FT Pertemuan keempat. (Evaluasi Proses)**

**Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : FT

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 24- November-2021

Ketua Kelompok

**FT Pertemuan keempat. (Evaluasi Hasil)**

#### **Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : 24 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Mengetahui penyebab dari permasalahan teman yang ternyata sama seperti saya
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Menghilangkan rasa malas

Semarang, 24 November 2021



(FT)

### FT Pertemuan kelima. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : FT

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			√
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 27 - November-2021

Ketua Kelompok

### FT Pertemuan kelima. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 27 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Menambah wawasan dan pengalaman
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Iya
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Iya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang dan memuaskan
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Iya, sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Tidak meunda-nunda mengerjakan tugas kembali

Semarang, 27 November 2021



(FT)

### Lampiran 17. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien HM

#### HM Pertemuan kesatu. (Evaluasi Proses)

##### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : HM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 18 - November-2021

Ketua Kelompok

### HM Pertemuan kesatu. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : Kamis, 18 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda	Paham berbagai macam

	dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	dampak menunda-nunda tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, saya memperolehnya
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	sangat senang
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan ?	Sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Melawan rasa enggan mengerjakan tugas

Semarang, 18- November- 2021



HM

### HM Pertemuan kedua. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : HM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 20 - November-2021

Ketua Kelompok

### HM Pertemuan kedua. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : Sabtu, 20 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti	Memahami cara yang dilakukan untuk berusaha

	layanan konseling kelompok ?	memahami tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, dapat diperoleh
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya mampu menyusun rencana
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Berusaha memahami materi mandiri, mencari referensi dari berbagai sumber, menanyakan ke guru.

Semarang, 20 November 2021



HM

### HM Pertemuan ketiga. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : HM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok	√		

Tegal, 22 - November-2021

Ketua Kelompok

**HM Pertemuan ketiga. (Evaluasi Hasil)****Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : 22 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Paham menyelesaikan solusi dalam permasalahan prokastinasi karena bermain gadget
	Apakah pemahaman yang	Ya, sesuai permasalahan saya

	diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, saya memperolehnya
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Sangat senang
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya mampu
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Mengurangi bermain medsos, menjauhi gadget ketika sedang mengerjakan tugas

Semarang, 22 November 2021



HM

### HM Pertemuan keempat. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : HM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
----	--------------------	------------------	-----------	------------------

1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 24 - November-2021

Ketua Kelompok

### HM Pertemuan keempat. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : Rabu, 24 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman permasalahan menunda tugas karena game
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan	Tidak, karena menghindar dari kecanduan game

	Anda ?	
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, dapat digunakan untuk memecahkan masalah saya
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Merasa senang
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Memprioritaskan tugas

Semarang, 24 November 2021



HM

### HM Pertemuan kelima. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : HM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
----	--------------------	------------------	-----------	------------------

1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide	√		
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 27 - November-2021

Ketua Kelompok

### HM Pertemuan kelima. (Evaluasi Hasil)

#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : Sabtu, 27 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Paham berbagai macam dampak menunda-nunda tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda	Ya, saya memperolehnya

	peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	sangat senang
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan ?	Sudah
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Engga menunda-nunda tugas lagi

Semarang, 27 - November- 2021



HM

### Lampiran 18. Penilaian Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil – Klien SM

#### SM Pertemuan kesatu. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : SM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan		√	

	untuk konseling kelompok			
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide		√	
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 18-November-2021

**SM Pertemuan kesatu. (Evaluasi Hasil)****Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : Kamis, 18 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman tentang dampak menunda-nunda mengerjakan tugas dan beberapa cara agar tidak terlalu sering membuka media sosial
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk	Ya, dapat saya gunakan untuk menyelesaikan masalah saya

	memecahkan masalah Anda ?	
<b>Confort (C)</b>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Senang, karena mendapatkan pengetahuan baru
<b>Action (A)</b>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya sudah mampu
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Mencil mengerjakan tugas setiap harinya, mengurangi bermain game, mencari tahu materi yang tidak dipahami di internet dan bertanya teman jika tidak ada di internet, mengurangi membuka media sosial

Tegal, 18 November 2021



SM

**SM Pertemuan kedua. (Evaluasi Proses)****Format Penilaian Evaluasi Proses**

Identitas

Nama Konseli : SM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide		√	
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal,20- November-2021

**SM Pertemuan kedua. (Evaluasi Hasil)**

### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 20 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman tentang dampak menunda-nunda mengerjakan tugas dan beberapa cara agar tidak menunda-nunda mengerjakan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, pemahaman yang didapat dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah saya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Senang, karena mendapatkan pengetahuan baru
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan saya lakukan
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum melakukan kegiatan lain yang tidak terlalu penting

Tegal, 20 November 2021



SM

**SM Pertemuan ketiga. (Evaluasi Proses)**

### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : SM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide		√	
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 22 - November-2021

**SM Pertemuan ketiga. (Evaluasi Hasil)**

**Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : 22 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman tentang dampak menunda-nunda mengerjakan tugas dan beberapa cara agar tidak menunda-nunda mengerjakan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, pemahaman yang diperoleh dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan saya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Senang, karena mendapatkan pemahaman baru
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan ?	Ya, saya sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Menyelesaikan tugas terlebih dahulu baru bermain game. Menargetkan berapa tugas yang harus diselesaikan setiap harinya.

Tegal, 22 November 2021



SM

**SM Pertemuan keempat. (Evaluasi Proses)**

**Format Penilaian Evaluasi Proses**

## Identitas

Nama Konseli : SM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

## Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide		√	
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal,24-November-2021

**SM Pertemuan keempat. (Evaluasi Hasil)**

**Format Penilaian Evaluasi Hasil**

Hari / tanggal : 24 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok

Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman tentang dampak menunda-nunda mengerjakan tugas dan beberapa cara agar tidak menunda-nunda mengerjakan tugas
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, pemahaman tersebut dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan saya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Senang, karena mendapatkan pengetahuan baru tentang dampak dan cara agar tidak menunda-nunda mengerjakan tugas
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan ?	Ya, saya sudah mampu menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Mencari materi pembelajaran yang kurang dipahami di internet dan bertanya kepada teman apabila materi tersebut tidak ada di internet

Tegal, 24 November 2021



SM

### SM Pertemuan kelima. (Evaluasi Proses)

#### Format Penilaian Evaluasi Proses

Identitas

Nama Konseli : SM

Nama Konselor : Divia Feby Eka Alrianto

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1.	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran anda		√	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok		√	
3.	Kesempatan yang diberikan guru bimbingan dan konseling atau konselor kepada peserta didik/konseli untuk menyampaikan pendapat ide		√	
4.	Kepercayaan anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling kelompok		√	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling kelompok		√	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling kelompok		√	

Tegal, 27-November-2021

### SM Pertemuan kelima. (Evaluasi Hasil)

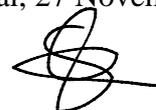
#### Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal : 27 November 2021  
 Jenis layanan : Konseling Kelompok  
 Pemberi layanan : Divia Feby Eka Alrianto

Setelah Saudara mengikuti kegiatan konseling ini, maka Saudara dipersilakan untuk merespon pertanyaan dibawah ini !

Aspek yang di Nilai	Pertanyaan	Respon
<i>Understanding (U)</i>	Pemahaman, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok ?	Pemahaman tentang dampak menunda-nunda mengerjakan tugas dan beberapa cara agar tidak terlalu sering membuka media sosial
	Apakah pemahaman yang diperoleh sesuai permasalahan Anda ?	Ya, sesuai
	Apakah pemahaman yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda ?	Ya, dapat saya gunakan untuk menyelesaikan masalah saya
<i>Confort (C)</i>	Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan konseling kelompok ini ?	Senang, karena mendapatkan pengetahuan baru
<i>Action (A)</i>	Apakah Anda sudah mampu menyusun rencana tindakan akan yang akan dilakukan ?	Ya, saya sudah mampu
	Rencana apa saja yang akan dilakukan untuk untuk menyelesaikan masalah Anda ?	Mencicil mengerjakan tugas setiap harinya, mengurangi bermain game, mencari tahu materi yang tidak dipahami di internet dan bertanya teman jika tidak ada di internet, mengurangi membuka media sosial

Tegal, 27 November 2021



SM

#### Lampiran 19 . Tabulasi hasil pretest dan posttest

NO	NAMA	Pretest	Persentas e	Posttes t	Persent ase	Penur unan	Persentase
----	------	---------	----------------	--------------	----------------	---------------	------------

1	Ade Irma	82	93	61	69	21	24
2	FakhurroziqTisa Bughury	77	88	44	50	33	38
3	Muhammad Afzal Rifqi Fazluhaq	76	86	51	58	25	28
4	Salma Mahdiyah	80	91	38	43	42	48
5	Hani Marini	72	82	42	48	30	34
6	Ahmad Hanif	73	83	43	49	30	34
<b>N= 6</b>		<b>460</b>	<b>523</b>	<b>279</b>	<b>317</b>	<b>181</b>	<b>206</b>
<b>Rata-rata</b>		<b>76,7</b>	<b>87,2</b>	<b>46,5</b>	<b>52,8</b>	<b>30,2</b>	<b>34,3</b>

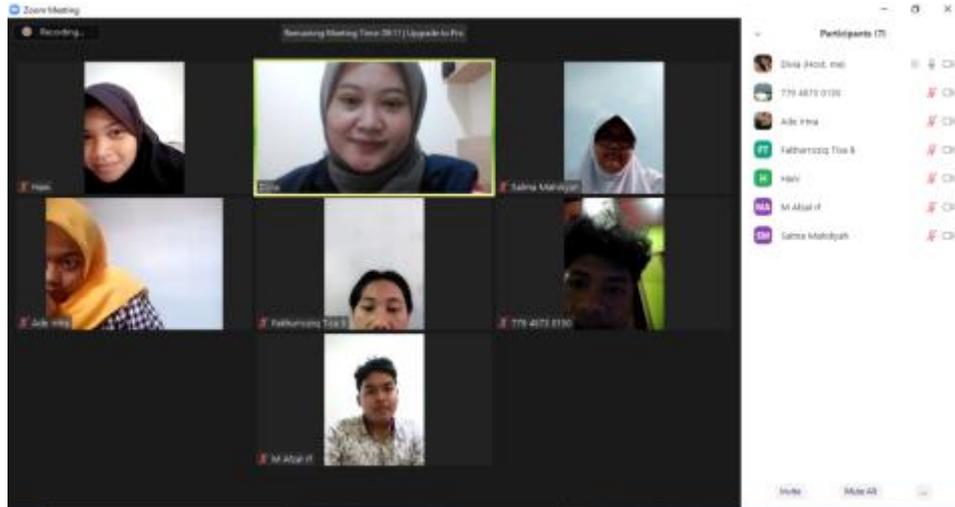
### Lampiran 20. Dokumentasi Surat Ijin Penelitian



### Lampiran 21. Dokumentasi pelaksanaan try out



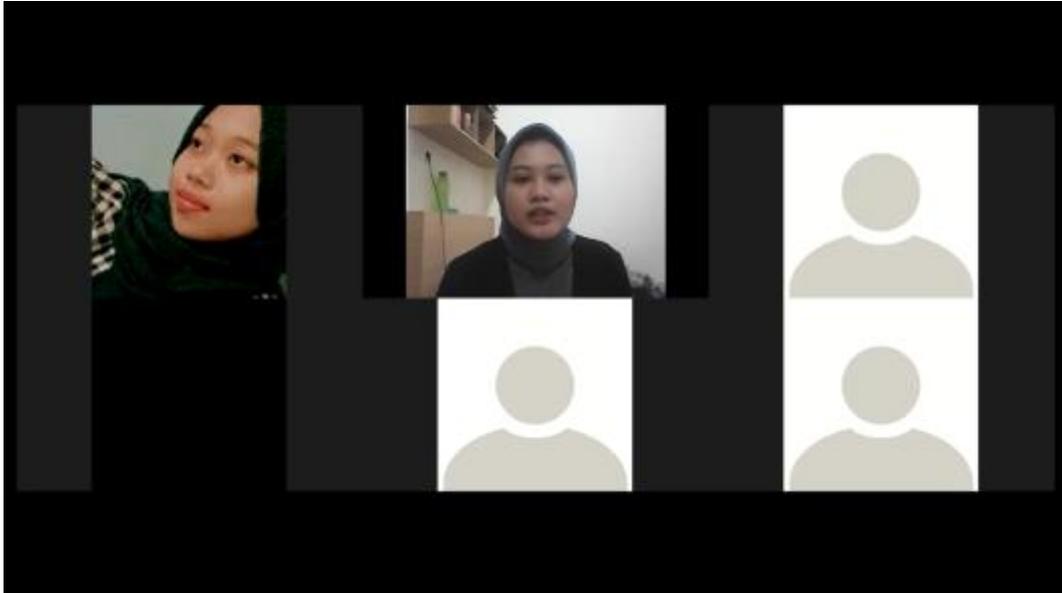
**Lampiran 22. Dokumentasi pelaksanaan layanan konseling kelompok**

**Pertemuan kesatu.**

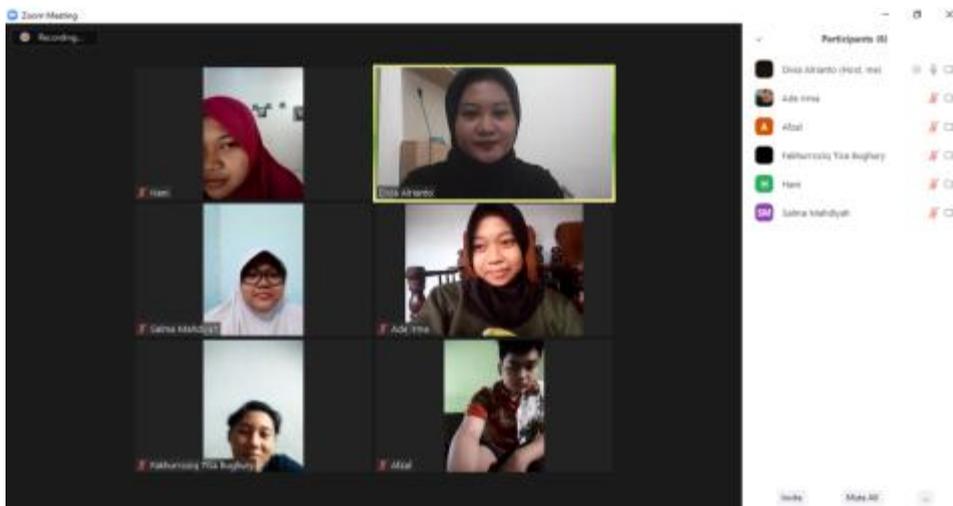
**Linkvideo:** <https://drive.google.com/file/d/1War44b4UOwsBe8gxXXMiFEBm24OyLLOX/view?usp=sharing>

**Pertemuan kedua.**

**Linkvideo:** <https://drive.google.com/file/d/1nI3NMjxd7acbhEJPvvr2Z5SEcZYskXt/view?usp=sharing>

**Pertemuan ketiga.**

Link video: <https://drive.google.com/file/d/1IbTdBPLbi4vHNurnqkcgIIcL-JxQs-aQ/view?usp=sharing>

**Pertemuan keempat.**

Link video: [https://drive.google.com/file/d/1fwkji4QTK-P\\_LTPnbLPpoH3kvuaWyHdD/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1fwkji4QTK-P_LTPnbLPpoH3kvuaWyHdD/view?usp=sharing)

## Pertemuan kelima.



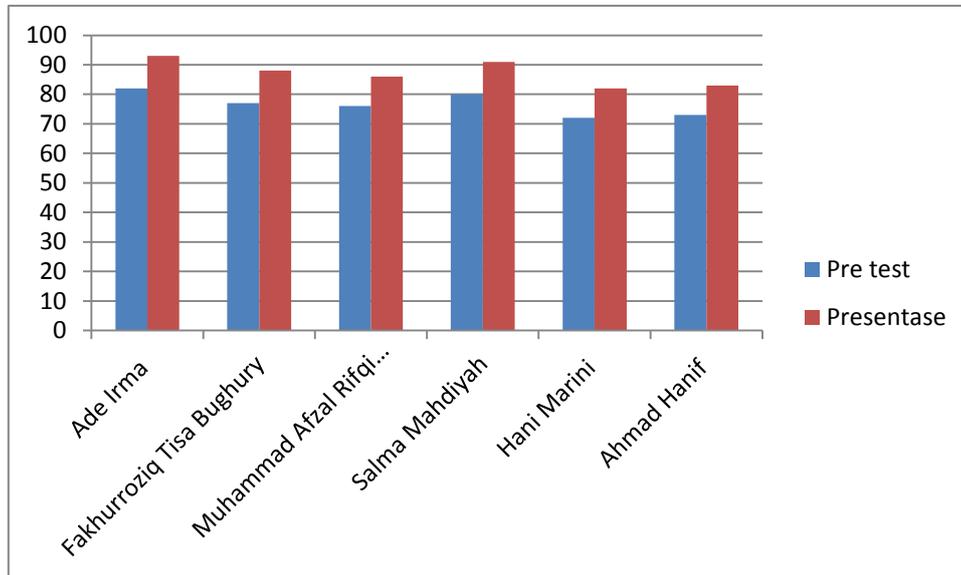
Linkvideo: <https://drive.google.com/file/d/1YtAwTimKWVeQH6t5y8SPSosgpm3fwMW2/view?usp=sharing>

## Lampiran 23. Dokumentasi surat selesai penelitian

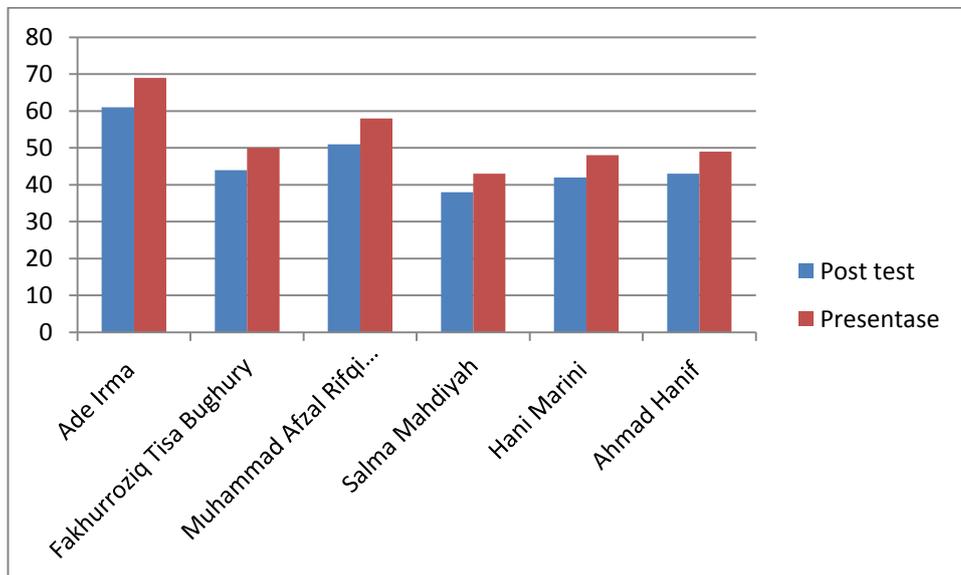


## Lampiran 24. Gambar diagram

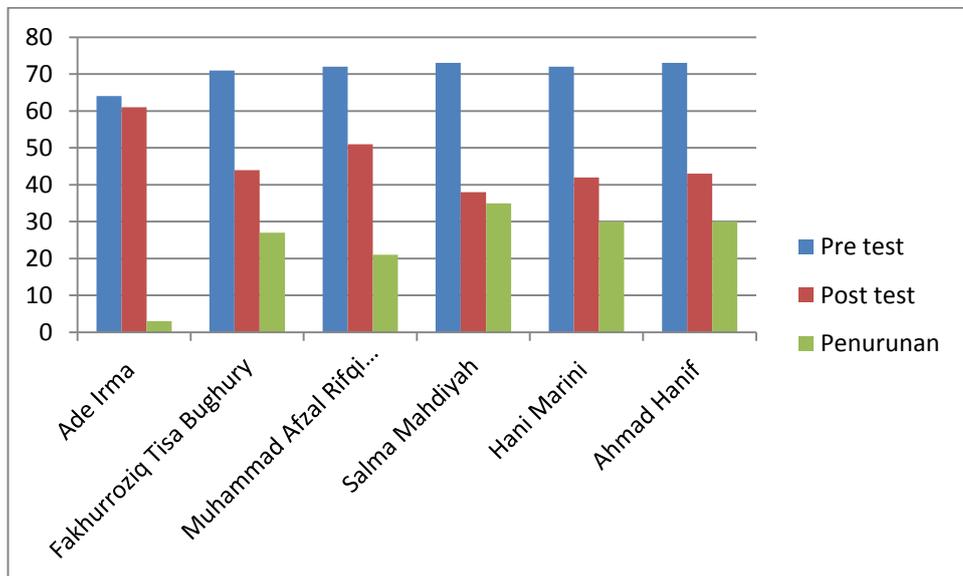
### 1. Diagram batang Pretest



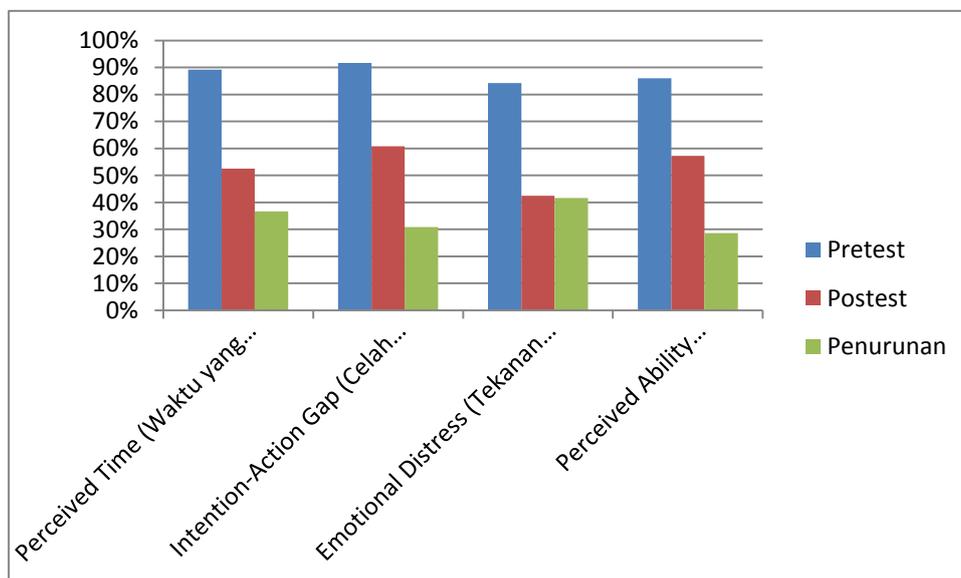
### 2. Diagram batang Posttest



### 3. Diagram batang pretest dan posttest



### 4. Diagram batang penurunan tiap aspek prokrastinasi



## Lampiran 25. Verbatim pelaksanaan Konseling Kelompok

### Verbatim pertemuan 1

#### A. Skenario

Anggota kelompok masuk kedalam zoom pada saat diluar jam pelajaran, sedangkan pemimpin kelompok sudah menunggu di dalam zoom untuk mempersiapkan tempat layanan konseling kelompok. Setelah seluruh anggota kelompok sudah hadir, pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok mengikuti kegiatan yang akan dilaksanakan sampe selese kegiatan dengan nyaman.

PK : (menerima dengan terbuka dan mengucapkan salam)  
“AssalamualaikumWr.Wb.”

AK : (Menjawab salam) “WaalaiikumsalamWr.Wb”

PK : Selamat siang semuanya, alangkah lebih baiknya jika sebelum memulai kegiatan kita berdoa terlebih dahulu yaa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa di persilahkan.

AK : (semuanya berdoa)

PK : Berdoa selesai

PK : “Terimakasih kepada teman-teman yang sudah menyempatkan waktunya untuk hadir dalam kegiatan konseling kelompok ini, dan ibu harap kalian dapat mengikuti kegiatan konseling kelompok ini dengan hati yang gembira, ceria, sopan dan terbuka. Sebelum memulai kegiatan konseling kelompok, disini ada yang tau apa itu konseling kelompok?”

AK : “Belum tahu bu”

PK : “Jadi konseling kelompok adalah layanan bantuan untuk memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Konseling kelompok juga mempunyai asas-asas, asas-asas pada konseling

kelompok ada 4, yaitu : azas kenormatifan (aturan), azas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukarelaan. Mengemukakan tujuan Konseling Kelompok. Pada saat kegiatan berlangsung, anggota kelompok akan mengemukakan setiap topik permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing dan karena disini kita menggunakan topik tugas atau topik yang sudah ditentukan di awal yaitu “prokrastinasi/menunda-nunda mengerjakan tugas” dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dimana nanti kalian akan membuat kontrak perilaku untuk merubah perilaku tersebut jika nanti mampu tidak melakukan dikemudian hari akan mendapatkan hadiah dari ibu. Sampai sini sudah bisa dipahami apa yang dimaksud konseling kelompok?

AK : “Baik bu sudah paham dan mengerti”

PK :”kontrak waktu sebelum mulai kegiatan konseling kelompok”

PK : (Perkenalan nama dengan permainan)

PK : Ice Breaking

PK : “ibu harap kalian sudah bisa saling mengenali satu sama lain. Dan apakah kalian semua sudah siap untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya?”

AK : “Sudah siap bu.”

PK :Jadi pada pertemuan kali ini kita membahas tentang kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas. Jadi klien kita hari ini AI ya apakah AI sudah siap menjadi klien pertama dipertemuan kali ini?

AK 1: Sudah ibu

PK :Baik untuk itu bisa diceritakan terlebih dahulu permasalahan yang dilakukan oleh AI

AK 1 : Baik ibu, biasanya saya menunda-nunda mengerjakan tugas karena ada kendala dari diri sendiri yaitu malas,

PK : Untuk temen-temen yang lain apakah ada yang ingin ditanyakan? Ayo siapa yang ingin bertanya

PK : “Kalau dari teman-teman yang lain kira-kira dampak apa yang akan dialami teman kita mulai yang teringan sampai terberat apabila memiliki kebiasaan menunda-nunda pekerjaan rumah/ tugas?”

AK 1 : Mendapat nilai jelek

AK 2 : Mendapat teguran dari guru

AK 3 : Di ledekkin dan malu dengan teman

PK : “Sudah tahu akibat dari perilaku tersebut apa?. Lalu apa yang kamu inginkan untuk saat ini perihal dirimu kebiasaan menunda-menunda mengerjakan tugas ?

AK : “Saya ingin tidak melakukan prokrastinasi lagi bu

PK : “Teman-teman kira-kira hal apa yang bisa dilakukan teman kita ini untuk bisa bagaimana dirinya dapat sesegera mungkin memperbaikinya?”

AK : Saling memberikan pendapat perihal hal yang kemungkinan akan dilakukan AK 1

PK : “Setelah mendengar beberapa masukan dari teman-teman kamu. Hal apa yang akan kamu lakukan ?”

AK 1 : menentukan langkah apa yang akan dia ambil untuk mengurangi perilaku kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas/pr

PK : “Komitmenmu bagaimana dengan langkah yang akan kamu ambil?”

AK1 : “Saya akan berusaha untuk mengurangi rasa malas, membuat jadwal dan rencana belajar , disiplin membagi waktu, sebaik mungkin mengerjakan tepat waktu.”

PK : “ibu harap apa yang akan kamu lakukan ini berhasil. Apakah kamu bersedia membuat kontrak perilaku dengan ibu?”

AK 1 : Bersedia ibu

PK : Baik nanti ibu akan kirimkan format kontrak perilakunya melalui grup ya nanti AK 1 bisa menuliskan di kontrak perilaku sesuai rencana atau Langkah yang sudah ditentukan tadi untuk tidak melakukan prokrastinasi lagi dikemudian hari

AK 1 : Baik ibu

PK : Setelah mampu dan bersedia melakukan apa yang sudah dituliskan di kontrak perilaku ibu akan memberikan hadiah pada AK 1 karna mampu menghilangkan kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas. Kira-kira ingin apa nih dari ibu?

AK 1 : apa ya bu hehe

PK : iya sampaikan saja jangan malu-malu

AK 1 : terserah ibu aja deh heheh

PK : Baik sesuai perjanjian awal yaitu mendapat traktiran dari ibu yaa

AK 1 : iya ibu

Dilakukan setelah proses evaluasi di pertemuan depan. Untuk mengalisis atau umpan balik berkaitan dengan evaluasi yang dilakukan konselor bersama konseli atas langkah yang telah dikerjakan.

PK : “Ibu harap dari topik permasalahan yang sudah kita diskusikan bersama-sama kita dapat mengambil pelajarannya, Untuk pertemuan

pada kali ini sudah mau berakhir, sebelum berakhir kegiatan ini saya ingin menanyakan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini?”

(Seluruh AK memberikan kesan dan pesan selama kegiatan berlangsung)

PK : “Terimakasih sudah memberikan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini dan juga terimakasih sudah mengikuti kegiatan kali ini dengan hati yang gembira, sopan dan tertib, untuk pertemuan selanjutnya di waktu dan tempat yang sama. Sebelum kita mengakhiri pertemuan pada kali ini alangkah lebih baik kita menutupnya dengan berdoa (Doa dimulai – doa selesai)

## Verbatim pertemuan 2

### A. Skenario

Anggota kelompok masuk zoom pada saat diluar jam pelajaran, sedangkan pemimpin kelompok sudah menunggu di dalam zoom untuk mempersiapkan tempat layanan konseling kelompok. Setelah seluruh anggota kelompok sudah hadir, pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok mengikuti kegiatan yang akan dilaksanakan sampe selese kegiatan dengan nyaman.

PK : (menerima dengan terbuka dan mengucapkan salam)  
“AssalamualaikumWr.Wb.”

AK : (Menjawab salam) “WaalaiikumsalamWr.Wb”

PK : Selamat siang semuanya, alangkah lebih baiknya jika sebelum memulai kegiatan kita berdoa terlebih dahulu yaa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa di persilahkan.

AK : (semuanya berdoa)

PK : Berdoa selesai

PK : “Terimakasih kepada teman-teman yang sudah menyempatkan waktunya untuk hadir dalam kegiatan konseling kelompok ini, dan ibu harap kalian dapat mengikuti kegiatan konseling kelompok ini dengan hati yang gembira, ceria, sopan dan terbuka. Sebelum memulai kegiatan konseling kelompok, disini ibu ingin sedikit mengingatkan kembali apaitu konseling kelompok?”

AK : “iyaa bu”

PK : “Jadi konseling kelompok adalah layanan bantuan untuk memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Konseling kelompok juga mempunyai azas-azas, azas-azas pada konseling kelompok ada 4, yaitu : azas kenormatifan (aturan), azas kerahasiaan,

asas keterbukaan, asas kesukarelaan. Mengemukakan tujuan Konseling Kelompok. Pada saat kegiatan berlangsung, anggota kelompok akan mengemukakan setiap topik permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing dan karena disini kita menggunakan topik tugas atau topik yang sudah ditentukan di awal yaitu “prokrastinasi/menunda-nunda mengerjakan tugas” dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dimana nanti kalian akan membuat kontrak perilaku untuk merubah perilaku tersebut jika nanti mampu tidak melakukan dikemudian hari akan mendapatkan hadiah dari ibu. Sampai sini sudah bisa dipahami apa yang dimaksud konseling kelompok?

AK : “Baik bu sudah paham dan mengerti”

PK :”kontrak waktu sebelum mulai kegiatan konseling kelompok”

PK : Ice Breaking

PK : “apakah kalian semua sudah siap untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya?”

AK : “Sudah siap bu.”

PK :Jadi pada pertemuan kali ini kita membahas tentang kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas dengan tema tidak fokus dalam mengerjakan tugas. Jadi klien kita hari ini MA ya apakah MA sudah siap menjadi klien pertama dipertemuan kali ini?

AK 2 : Sudah ibu

PK :Baik untuk itu bisa diceritakan terlebih dahulu permasalahan yang dilakukan oleh MA

AK 2 : Baik ibu, yang menjadi tidak focus dalam mengerjakan tugas adalah karena saya sering bermain game ibu kadang ada males juga sih bu.

PK : Untuk temen-temen yang lain apakah ada yang ingin ditanyakan? Ayo siapa yang ingin bertanya

PK : “Kalau dari teman-teman yang lain kira-kira dampak apa yang akan dialami teman kita mulai yang teringan sampai terberat apabila memiliki kebiasaan menunda-nunda pekerjaan rumah/ tugas?”

AK 3 : Mendapat teguran dari guru

AK 1 : bisa tidak naik kelas jika keseringan tidak mengerjakan tugas

PK : “Sudah tahu akibat dari perilaku tersebut apa?. Lalu apa yang kamu inginkan untuk saat ini perihal dirimu kebiasaan menunda-menunda mengerjakan tugas ?

AK 2 : “Saya ingin rajin dan tidak menunda-nunda tugas lagi bu

PK : “Teman-teman kira-kira hal apa yang bisa dilakukan teman kita ini untuk bisa bagaimana dirinya dapat sesegera mungkin memperbaikinya?”

AK : Saling memberikan pendapat perihal hal yang kemungkinan akan dilakukan AK 2

PK : “Setelah mendengar beberapa masukan dari teman-teman kamu. Hal apa yang akan kamu lakukan ?”

AK 2 : menentukan langkah apa yang akan dia ambil untuk mengurangi perilaku kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas/pr

PK : “Komitmenmu bagaimana dengan langkah yang akan kamu ambil?”

AK 2 : “Saya akan berusaha untuk mengurangi bermain game, menghilangkan rasa malas, membuat jadwal dan rencana belajar , disiplin membagi waktu antara bermain, sekolah dan mengerjakan tugas, sebaik mungkin mengerjakan tepat waktu.”

PK : “ibu harap apa yang akan kamu lakukan ini berhasil. Apakah kamu bersedia membuat kontrak perilaku dengan ibu?”

AK 2 : Bersedia ibu

PK : Baik nanti ibu akan kirimkan format kontrak perilakunya melalui grup ya nanti AK 2 bisa menuliskan di kontrak perilaku sesuai rencana atau Langkah yang sudah ditentukan tadi untuk tidak melakukan prokrastinasi lagi dikemudian hari

AK 2 : Baik ibu

PK : Setelah mampu dan bersedia melakukan apa yang sudah dituliskan di kontrak perilaku ibu akan memberikan hadiah pada AK 2 karna mampu menghilangkan kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas. Kira-kira ingin apa nih dari ibu?

AK 2 : apa ya bu hehe

PK : iya sampaikan saja jangan malu-malu

AK 2 : terserah ibu aja deh heheh

PK : Baik sesuai perjanjian awal yaitu mendapat traktiran dari ibu yaa

AK 2 : iya ibu

Dilakukan setelah proses evaluasi di pertemuan depan. Untuk mengalisis atau umpan balik berkaitan dengan evaluasi yang dilakukan konselor bersama konseli atas langkah yang telah dikerjakan.

PK : “Ibu harap dari topik permasalahan yang sudah kita diskusikan bersama-sama kita dapat mengambil pelajarannya, Untuk pertemuan pada kali ini sudah mau berakhir, sebelum berakhir kegiatan ini saya ingin menanyakan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini?”

(Seluruh AK memberikan kesan dan pesan selama kegiatan berlangsung)

PK : “Terimakasih sudah memberikan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini dan juga terimakasih sudah mengikuti kegiatan kali ini dengan hati yang gembira, sopan dan tertib, untuk pertemuan selanjutnya di waktu dan tempat yang sama. Sebelum kita mengakhiri pertemuan pada kali ini alangkah lebih baik kita menutupnya dengan berdoa (Doa dimulai – doa selesai).

### Verbatim pertemuan 3

#### A. Skenario

Anggota kelompok masuk zoom pada saat diluar jam pelajaran, sedangkan pemimpin kelompok sudah menunggu di dalam zoom untuk mempersiapkan tempat layanan konseling kelompok. Setelah seluruh anggota kelompok sudah hadir, pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok mengikuti kegiatan yang akan dilaksanakan sampe selese kegiatan dengan nyaman.

PK : (menerima dengan terbuka dan mengucapkan salam)  
“AssalamualaikumWr.Wb.”

AK : (Menjawab salam) “WaalaiikumsalamWr.Wb”

PK : Selamat siang semuanya, alangkah lebih baiknya jika sebelum memulai kegiatan kita berdoa terlebih dahulu yaa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa di persilahkan.

AK : (semuanya berdoa)

PK : Berdoa selesai

PK : “Terimakasih kepada teman-teman yang sudah menyempatkan waktunya untuk hadir dalam kegiatan konseling kelompok ini, dan ibu harap kalian dapat mengikuti kegiatan konseling kelompok ini dengan hati yang gembira, ceria, sopan dan terbuka. Sebelum memulai kegiatan konseling kelompok, disini ibu ingin sedikit mengingatkan kembali apaitu konseling kelompok?”

AK : “iyaa bu”

PK : “Jadi konseling kelompok adalah layanan bantuan untuk memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Konseling kelompok juga mempunyai azas-azas, azas-azas pada konseling kelompok ada 4, yaitu : azas kenormatifan (aturan), azas kerahasiaan,

asas keterbukaan, asas kesukarelaan. Mengemukakan tujuan Konseling Kelompok. Pada saat kegiatan berlangsung, anggota kelompok akan mengemukakan setiap topik permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing dan karena disini kita menggunakan topik tugas atau topik yang sudah ditentukan di awal yaitu “prokrastinasi/menunda-nunda mengerjakan tugas” dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dimana nanti kalian akan membuat kontrak perilaku untuk merubah perilaku tersebut jika nanti mampu tidak melakukan dikemudian hari akan mendapatkan hadiah dari ibu. Sampai sini sudah bisa dipahami apa yang dimaksud konseling kelompok?

AK : “Baik bu sudah paham dan mengerti”

PK :”kontrak waktu sebelum mulai kegiatan konseling kelompok”

PK : Ice Breaking

PK : “apakah kalian semua sudah siap untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya?”

AK : “Sudah siap bu.”

PK :Jadi pada pertemuan kali ini kita membahas tentang kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas dengan tema tidak percaya diri dengan hasil tugas yang dikerjakan. Jadi klien kita hariini FT ya apakah FT sudah siap menjadi klien pertama dipertemuan kaliini?

AK 3 : Sudah ibu

PK :Baik untuk itu bisa diceritakan terlebih dahulu permasalahan yang dilakukan oleh FT

AK 3 : Baik ibu, yang menjadi tidak percaya diri dalam mengerjakan tugas adalah karena kadang ada tugas yang saya tidak mengerti jadi males untuk mengerjakan tugas dan karena sering bermain game sih bu.

PK : Untuk temen-temen yang lain apakah ada yang ingin ditanyakan? Ayo siapa yang ingin bertanya

PK : “Kalau dari teman-teman yang lain kira-kira dampak apa yang akan dialami teman kita mulai yang teringan sampai terberat apabila memiliki kebiasaan menunda-nunda pekerjaan rumah/ tugas?”

AK 5 : Mendapat teguran dari guru

AK 1 : bisa tidak naik kelas jika keseringan tidak mengerjakan tugas

AK 4 : Nilai jadi jelek

PK : “Sudah tahu akibat dari perilaku tersebut apa?. Lalu apa yang kamu inginkan untuk saat ini perihal dirimu kebiasaan menunda-menunda mengerjakan tugas ?

AK 3 : “Saya tidak menunda-nunda tugas lagi bu

PK : “Teman-teman kira-kira hal apa yang bisa dilakukan teman kita ini untuk bisa bagaimana dirinya dapat sesegera mungkin memperbaikinya?”

AK : Saling memberikan pendapat perihal hal yang kemungkinan akan dilakukan AK 3

PK : “Setelah mendengar beberapa masukan dari teman-teman kamu. Hal apa yang akan kamu lakukan ?”

AK 3 : menentukan langkah apa yang akan dia ambil untuk mengurangi perilaku kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas/pr

PK : “Komitmenmu bagaimana dengan langkah yang akan kamu ambil?”

AK 3 : “Saya akan berusaha untuk mengurangi bermain game, menghilangkan rasa malas, membuat jadwal dan rencana belajar , disiplin membagi waktu antara bermain, sekolah dan bertanya pada temen jika ada tugas yang tidak di mengerti.”

PK : “ibu harap apa yang akan kamu lakukan ini berhasil. Apakah kamu bersedia membuat kontrak perilaku dengan ibu?”

AK 3 : Bersedia ibu

PK : Baik nanti ibu akan kirimkan format kontrak perilakunya melalui grup ya nanti AK 3 bisa menuliskan di kontrak perilaku sesuai rencana atau Langkah yang sudah ditentukan tadi untuk tidak melakukan prokrastinasi lagi dikemudian hari

AK 3 : Baik ibu

PK : Setelah mampu dan bersedia melakukan apa yang sudah dituliskan di kontrak perilaku ibu akan memberikan hadiah pada AK 3 karna mampu menghilangkan kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas. Kira-kira ingin apa nih dari ibu?

AK 3 : apa ya bu hehe

PK : iya sampaikan saja jangan malu-malu

AK 3 : terserah ibu aja deh heheh

PK : Baik sesuai perjanjian awal yaitu mendapat traktiran dari ibu yaa

AK 3 : iya ibu

Dilakukan setelah proses evaluasi di pertemuan depan. Untuk mengalisis atau umpan balik berkaitan dengan evaluasi yang dilakukan konselor bersama konseli atas langkah yang telah dikerjakan.

PK : “Ibu harap dari topik permasalahan yang sudah kita diskusikan bersama-sama kita dapat mengambil pelajarannya, Untuk pertemuan pada kali ini sudah mau berakhir, sebelum berakhir kegiatan ini saya ingin menanyakan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini?”

(Seluruh AK memberikan kesan dan pesan selama kegiatan berlangsung)

PK : “Terimakasih sudah memberikan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini dan juga terimakasih sudah mengikuti kegiatan kali ini dengan hati yang gembira, sopan dan tertib, untuk pertemuan selanjutnya di waktu dan tempat yang sama. Sebelum kita mengakhiri pertemuan pada kali ini alangkah lebih baik kita menutupnya dengan berdoa (Doa dimulai – doa selesai).

## Verbatim pertemuan 4

### A. Skenario

Anggota kelompok masuk zoom pada saat diluar jam pelajaran, sedangkan pemimpin kelompok sudah menunggu di dalam zoom untuk mempersiapkan tempat layanan konseling kelompok. Setelah seluruh anggota kelompok sudah hadir, pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok mengikuti kegiatan yang akan dilaksanakan sampe selese kegiatan dengan nyaman.

PK : (menerima dengan terbuka dan mengucapkan salam)  
“AssalamualaikumWr.Wb.”

AK : (Menjawab salam) “WaalaiikumsalamWr.Wb”

PK : Selamat siang semuanya, alangkah lebih baiknya jika sebelum memulai kegiatan kita berdoa terlebih dahulu yaa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa di persilahkan.

AK : (semuanya berdoa)

PK : Berdoa selesai

PK : “Terimakasih kepada teman-teman yang sudah menyempatkan waktunya untuk hadir dalam kegiatan konseling kelompok ini, dan ibu harap kalian dapat mengikuti kegiatan konseling kelompok ini dengan hati yang gembira, ceria, sopan dan terbuka. Sebelum memulai kegiatan konseling kelompok, disini ibu ingin sedikit mengingatkan kembali apaitu konseling kelompok?”

AK : “iyaa bu”

PK : “Jadi konseling kelompok adalah layanan bantuan untuk memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Konseling kelompok juga mempunyai azas-azas, azas-azas pada konseling kelompok ada 4, yaitu : azas kenormatifan (aturan), azas kerahasiaan,

asas keterbukaan, asas kesukarelaan. Mengemukakan tujuan Konseling Kelompok. Pada saat kegiatan berlangsung, anggota kelompok akan mengemukakan setiap topik permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing dan karena disini kita menggunakan topik tugas atau topik yang sudah ditentukan di awal yaitu “prokrastinasi/menunda-nunda mengerjakan tugas” dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dimana nanti kalian akan membuat kontrak perilaku untuk merubah perilaku tersebut jika nanti mampu tidak melakukan dikemudian hari akan mendapatkan hadiah dari ibu. Sampai sini sudah bisa dipahami apa yang dimaksud konseling kelompok?

AK : “Baik bu sudah paham dan mengerti”

PK :”kontrak waktu sebelum mulai kegiatan konseling kelompok”

PK : Ice Breaking

PK : “apakah kalian semua sudah siap untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya?”

AK : “Sudah siap bu.”

PK :Jadi pada pertemuan kali ini kita membahas tentang kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas dengan tema sulit memahami materi yang diberikan guru. Jadi klien kita hariini HM ya apakah HM sudah siap menjadi klien pertama dipertemuan kaliini?

AK 4 : Sudah ibu

PK :Baik untuk itu bisa diceritakan terlebih dahulu permasalahan yang dilakukan oleh HM

AK 4 : Baik ibu, karena mengerjakan tugas dengan bermain media sosial, ngerasa masih lama dedlinenya jadi males.

PK : Untuk temen-temen yang lain apakah ada yang ingin ditanyakan? Ayo siapa yang ingin bertanya

PK : “Kalau dari teman-teman yang lain kira-kira dampak apa yang akan dialami teman kita mulai yang teringan sampai terberat apabila memiliki kebiasaan menunda-nunda pekerjaan rumah/ tugas?”

AK 3 : nilai jadi jelek

AK 2 : tidak naik kelas

AK 1 : menumpuk tugas jadi semakin males

PK : “Sudah tahu akibat dari perilaku tersebut apa?. Lalu apa yang kamu inginkan untuk saat ini perihal dirimu kebiasaan menunda-menunda mengerjakan tugas ?

AK 4 : “Saya tidak menunda-nunda tugas lagi bu

PK : “Teman-teman kira-kira hal apa yang bisa dilakukan teman kita ini untuk bisa bagaimana dirinya dapat sesegera mungkin memperbaikinya?”

AK : Saling memberikan pendapat perihal hal yang kemungkinan akan dilakukan AK 4

PK : “Setelah mendengar beberapa masukan dari teman-teman kamu. Hal apa yang akan kamu lakukan ?”

AK 4 : menentukan langkah apa yang akan dia ambil untuk mengurangi perilaku kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas/pr

PK : “Komitmenmu bagaimana dengan langkah yang akan kamu ambil?”

AK 4 : “Saya akan berusaha untuk mengurangi main social media, menanyakan tugas pada teman jika sulit, menganggap tugas deadline tidak lama.

PK : “ibu harap apa yang akan kamu lakukan ini berhasil. Apakah kamu bersedia membuat kontrak perilaku dengan ibu?”

AK 4 : Bersedia ibu

PK : Baik nanti ibu akan kirimkan format kontrak perilakunya melalui grup ya nanti AK 4 bisa menuliskan di kontrak perilaku sesuai rencana atau Langkah yang sudah ditentukan tadi untuk tidak melakukan prokrastinasi lagi dikemudian hari

AK 4 : Baik ibu

PK : Setelah mampu dan bersedia melakukan apa yang sudah dituliskan di kontrak perilaku ibu akan memberikan hadiah pada AK 4 karna mampu menghilangkan kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas. Kira-kira ingin apa nih dari ibu?

AK 4 : apa ya bu hehe

PK : iya sampaikan saja jangan malu-malu

AK 4 : terserah ibu aja deh heheh

PK : Baik sesuai perjanjian awal yaitu mendapat traktiran dari ibu yaa

AK 4 : iya ibu

Dilakukan setelah proses evaluasi di pertemuan depan. Untuk mengalisis atau umpan balik berkaitan dengan evaluasi yang dilakukan konselor bersama konseli atas langkah yang telah dikerjakan.

PK : “Ibu harap dari topik permasalahan yang sudah kita diskusikan bersama-sama kita dapat mengambil pelajarannya, Untuk pertemuan pada kali ini sudah mau berakhir, sebelum berakhir kegiatan ini saya ingin menanyakan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini?”

(Seluruh AK memberikan kesan dan pesan selama kegiatan berlangsung)

PK : “Terimakasih sudah memberikan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini dan juga terimakasih sudah mengikuti kegiatan kali ini dengan hati yang

gembira, sopan dan tertib, untuk pertemuan selanjutnya di waktu dan tempat yang sama. Sebelum kita mengakhiri pertemuan pada kali ini alangkah lebih baik kita menutupnya dengan berdoa (Doa dimulai – doa selesai).

## Verbatim pertemuan 5

### A. Skenario

Anggota kelompok masuk zoom pada saat diluar jam pelajaran, sedangkan pemimpin kelompok sudah menunggu di dalam zoom untuk mempersiapkan tempat layanan konseling kelompok. Setelah seluruh anggota kelompok sudah hadir, pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok mengikuti kegiatan yang akan dilaksanakan sampe selese kegiatan dengan nyaman.

PK : (menerima dengan terbuka dan mengucapkan salam)  
“AssalamualaikumWr.Wb.”

AK : (Menjawab salam) “WaalaiikumsalamWr.Wb”

PK : Selamat siang semuanya, alangkah lebih baiknya jika sebelum memulai kegiatan kita berdoa terlebih dahulu yaa menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdoa di persilahkan.

AK : (semuanya berdoa)

PK : Berdoa selesai

PK : “Terimakasih kepada teman-teman yang sudah menyempatkan waktunya untuk hadir dalam kegiatan konseling kelompok ini, dan ibu harap kalian dapat mengikuti kegiatan konseling kelompok ini dengan hati yang gembira, ceria, sopan dan terbuka. Sebelum memulai kegiatan konseling kelompok, disini ibu ingin sedikit mengingatkan kembali apaitu konseling kelompok?”

AK : “iyaa bu”

PK : “Jadi konseling kelompok adalah layanan bantuan untuk memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Konseling kelompok juga mempunyai azas-azas, azas-azas pada konseling kelompok ada 4, yaitu : azas kenormatifan (aturan), azas kerahasiaan,

asas keterbukaan, asas kesukarelaan. Mengemukakan tujuan Konseling Kelompok. Pada saat kegiatan berlangsung, anggota kelompok akan mengemukakan setiap topik permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing dan karena disini kita menggunakan topik tugas atau topik yang sudah ditentukan di awal yaitu “prokrastinasi/menunda-nunda mengerjakan tugas” dengan menggunakan teknik kontrak perilaku dimana nanti kalian akan membuat kontrak perilaku untuk merubah perilaku tersebut jika nanti mampu tidak melakukan dikemudian hari akan mendapatkan hadiah dari ibu. Sampai sini sudah bisa dipahami apa yang dimaksud konseling kelompok?

AK : “Baik bu sudah paham dan mengerti”

PK :”kontrak waktu sebelum mulai kegiatan konseling kelompok”

PK : Ice Breaking

PK : “apakah kalian semua sudah siap untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya?”

AK : “Sudah siap bu.”

PK :Jadi pada pertemuan kali ini kita membahas tentang kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas dengan tema sulit memahami materi yang diberikan guru. Jadi klien kita hari ini SM ya apakah SM sudah siap menjadi klien pertama dipertemuan kali ini?

AK 5 : Sudah ibu

PK :Baik untuk itu bisa diceritakan terlebih dahulu permasalahan yang dilakukan oleh SM

AK 5 : Baik ibu, karena males, tidak tahu materi atau tugas

PK : Untuk temen-temen yang lain apakah ada yang ingin ditanyakan? Ayo siapa yang ingin bertanya

PK : “Kalau dari teman-teman yang lain kira-kira dampak apa yang akan dialami teman kita mulai yang teringan sampai terberat apabila memiliki kebiasaan menunda-nunda pekerjaan rumah/ tugas?”

AK 4 : diejek teman

AK 1 : nilai jelek

AK 3 : menumpuk tugas jadi semakin males

PK : “Sudah tahu akibat dari perilaku tersebut apa?. Lalu apa yang kamu inginkan untuk saat ini perihal dirimu kebiasaan menunda-menunda mengerjakan tugas ?

AK : “Saya tidak menunda-nunda tugas lagi bu

PK : “Teman-teman kira-kira hal apa yang bisa dilakukan teman kita ini untuk bisa bagaimana dirinya dapat sesegera mungkin memperbaikinya?”

AK : Saling memberikan pendapat perihal hal yang kemungkinan akan dilakukan AK

PK : “Setelah mendengar beberapa masukan dari teman-teman kamu. Hal apa yang akan kamu lakukan ?”

AK 5: menentukan langkah apa yang akan dia ambil untuk mengurangi perilaku kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas/pr

PK : “ Komitmenmu bagaimana dengan langkah yang akan kamu ambil?”

AK 5: “Saya akan berusaha menanyakan tugas pada teman jika sulit, dan mencari materi yang kurang dipahami di internet, menghilangkan rasa malas, tidak melakukan menunda-nunda tugas dan membuat rencana belajar.

PK : “ibu harap apa yang akan kamu lakukan ini berhasil. Apakah kamu bersedia membuat kontrak perilaku dengan ibu?”

AK 5 : Bersedia ibu

PK : Baik nanti ibu akan kirimkan format kontrak perilakunya melalui grup ya nanti AK 5 bisa menuliskan di kontrak perilaku sesuai rencana atau Langkah yang sudah ditentukan tadi untuk tidak melakukan prokrastinasi lagi dikemudian hari

AK 5 : Baik ibu

PK : Setelah mampu dan bersedia melakukan apa yang sudah dituliskan di kontrak perilaku ibu akan memberikan hadiah pada AK 5 karna mampu menghilangkan kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas. Kira-kira ingin apa nih dari ibu?

AK 5 : apa ya bu hehe

PK : iya sampaikan saja jangan malu-malu

AK 5 : terserah ibu aja deh heheh

PK : Baik sesuai perjanjian awal yaitu mendapat traktiran dari ibu yaa

AK 5 : iya ibu

Dilakukan setelah proses evaluasi di pertemuan depan. Untuk mengalisis atau umpan balik berkaitan dengan evaluasi yang dilakukan konselor bersama konseli atas langkah yang telah dikerjakan.

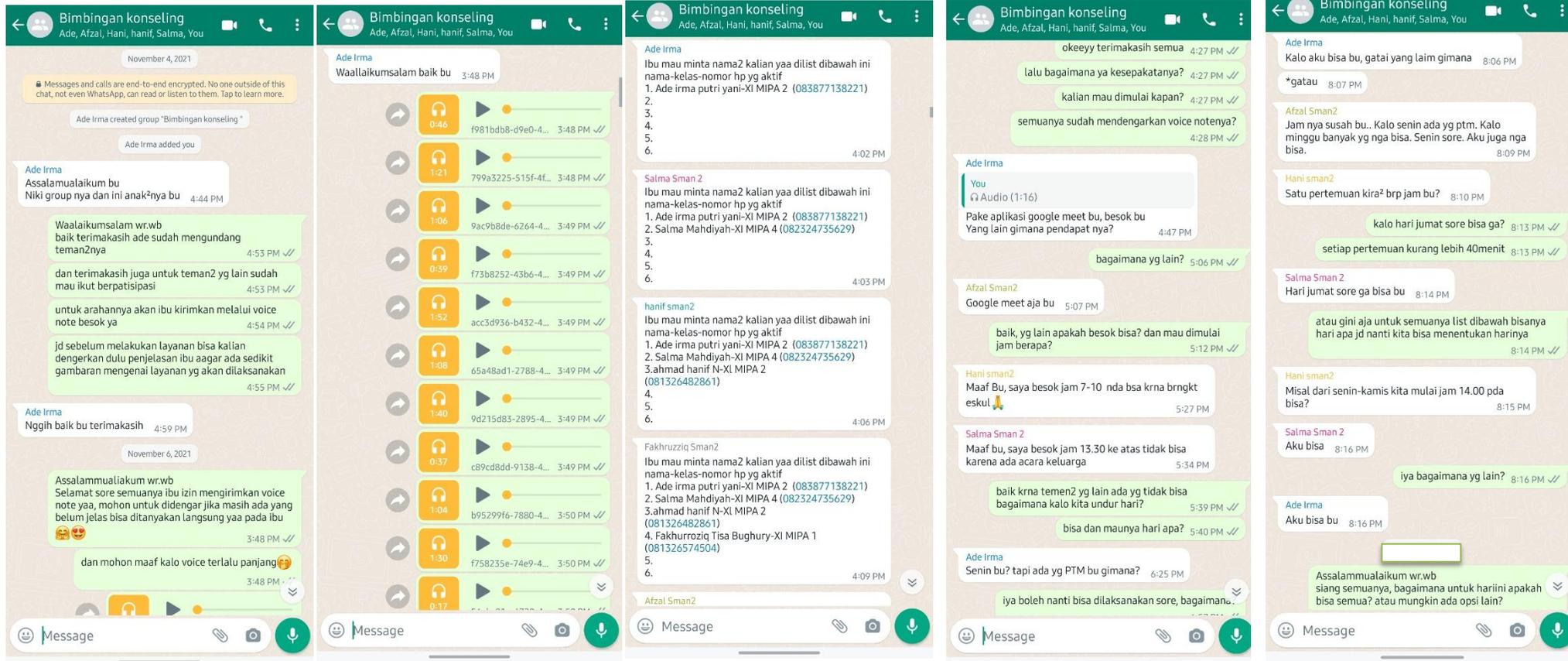
PK : “Ibu harap dari topik permasalahan yang sudah kita diskusikan bersama-sama kita dapat mengambil pelajarannya, Untuk pertemuan pada kali ini sudah mau berakhir, sebelum berakhir kegiatan ini saya ingin menanyakan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini?”

(Seluruh AK memberikan kesan dan pesan selama kegiatan berlangsung)

PK : “Terimakasih sudah memberikan kesan dan pesan pada kegiatan kali ini dan juga terimakasih sudah mengikuti kegiatan kali ini dengan hati yang

gembira, sopan dan tertib, untuk pertemuan selanjutnya di waktu dan tempat yang sama. Sebelum kita mengakhiri pertemuan pada kali ini alangkah lebih baik kita menutupnya dengan berdoa (Doa dimulai – doa selesai).

## Lampiran 26. Screenshot chat group





Bimbingan konseling  
Ade, Afzal, Hani, hanif, Salma, You

untuk nama konselor unisi : Diva Feby Eka Arianto  
nama konseli diisi nama kalian masing2 3:16 PM ✓

**format penilaian evaluasi proses**

No	Aspek yang dinilai	Ya	Tidak	Kurang	Menyebutkan
1	Kemampuan yang terdapat dan kesungguhan saat bekerja				
2	Waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas				
3	Kemampuan yang terdapat dan kesungguhan saat bekerja				
4	Kemampuan yang terdapat dan kesungguhan saat bekerja				
5	Kemampuan yang terdapat dan kesungguhan saat bekerja				
6	Kemampuan yang terdapat dan kesungguhan saat bekerja				

Kita kelompok

untuk penilaian evaluasi proses itu penilaian kalian terhadap ibu yaa 3:17 PM ✓

Format Penilaian Evaluasi Hasil

Hari / tanggal :  
Jenis layanan :  
Persepsi layanan :

Sejarah Singkat mengenai bagaimana konseling ini, maka tentukan dipikirkan apa saja masalah/permasalahan di bawah ini?

Aspek yang di Nilai	Permasalahan	Respons
1	Permasalahan, apa yang Anda dapatkan setelah mengikuti layanan konseling kelompok?	.....
2	Apakah permasalahan yang diperoleh sesuai permasalahan Anda?	.....
3	Apakah permasalahan yang Anda peroleh dapat digunakan untuk memecahkan masalah Anda?	.....

Message

Bimbingan konseling  
Ade, Afzal, Hani, hanif, Salma, You

Hani sman2  
Maaf bu, Hari ini ada zoom nda bu? 2:00 PM

oya teman2 mohon maaf yaa ibu lupa memberi kabar pada kalian kalo hari ini kita off dulu ya untuk zoomnya nanti kita ganti mungkin besok kalo semuanya bisa 2:03 PM ✓

Hani sman2  
Kalo besok siang ada yg brngkt pramuka bu 2:05 PM

lalu mau diganti hari apa? 2:14 PM ✓

assalamualaikum wr.wb teman2, ibu mau mengirimkan file penilaian yg seperti kemaren jd nanti kalian bisa lgsg isi di file tersebut kalo file kemaren kan berupa gambar jd agak susah di ceklis. nanti untuk yg sudah mengisi segera kirimkan pda ibu ya 🙏🙏 11:55 AM ✓

Format\_Penilaian\_Evaluasi...  
2 pages • 18 kB • DOCX 11:55 AM ✓

dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 11:56 AM ✓

Hani sman2  
You dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 12:22 PM

Maaf bu, klo saya nda bsa 🙏 12:22 PM

Salma Sman 2  
You dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 12:23 PM

Maaf bu, saya nda bisa 12:23 PM

Ade Irma  
You dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 12:50 PM

Maaf bu hari ini gabisa bu 12:50 PM

baik, kalo gitu besok saja ya seperti kemaren nanti kita stesekan smpe hari rabu. apakah teman2 bisa? 12:50 PM

Message

Bimbingan konseling  
Ade, Afzal, Hani, hanif, Salma, You

assalamualaikum wr.wb teman2, ibu mau mengirimkan file penilaian yg seperti kemaren jd nanti kalian bisa lgsg isi di file tersebut kalo file kemaren kan berupa gambar jd agak susah di ceklis. nanti untuk yg sudah mengisi segera kirimkan pda ibu ya 🙏🙏 11:55 AM ✓

Format\_Penilaian\_Evaluasi...  
2 pages • 18 kB • DOCX 11:55 AM ✓

dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 11:56 AM ✓

Hani sman2  
You dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 12:22 PM

Maaf bu, klo saya nda bsa 🙏 12:22 PM

Salma Sman 2  
You dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 12:23 PM

Maaf bu, saya nda bisa 12:23 PM

Ade Irma  
You dan untuk pertemuan ke3 mau dilaksanakan kapan ya? apakah harini jam 2 teman2 yg lain bisa? 12:50 PM

Maaf bu hari ini gabisa bu 12:50 PM

baik, kalo gitu besok saja ya seperti kemaren nanti kita stesekan smpe hari rabu. apakah teman2 bisa? 12:50 PM

Message

Bimbingan konseling  
Ade, Afzal, Hani, hanif, Salma, You

Afzal Sman2  
You untuk @Afzal Sman2 @Fakhruzziq Sman2 belum mengumpulkan format kontrak perilakunya ya? Eh iya. Bu... 6:57 PM

Fakhruzziq Sman2  
You untuk @Afzal Sman2 @Fakhruzziq Sman2 belum mengumpulkan format kontrak perilakunya ya? Iya bu segera saya selesaikan 6:57 PM

Format\_Penilaian\_Evaluasi...  
2 pages • 18 kB • DOCX 6:57 PM ✓

okee ibu tunggu yaa 6:57 PM ✓

yg lain jg untuk format penilaian evaluasi proses&hasilnya 🙏🙏🙏 6:58 PM ✓

November 17, 2021

anak2 untuk zoom hari ini mau dilaksanakan jam brpa? 12:06 PM ✓

jam 2/sore? 12:06 PM ✓

Hani sman2  
Saya bisanya sore bu 12:06 PM

bagaimana yg lain? 1:06 PM ✓

mau sore seperti kemaren? 1:06 PM ✓

Ade Irma  
Iya bu kaya pas kemarin aja 1:27 PM

nanti kita mulai jam 7 malam ya 3:25 PM ✓

Message

Bimbingan konseling  
Ade, Afzal, Hani, hanif, Salma, You

okee, kita mulai jam 7 malam ini bagaimana? 6:49 PM ✓

bisa semua yaa 6:49 PM ✓

mau dimulai malam ini/besok saja? 6:51 PM ✓

Ade Irma  
You okeee, kita mulai jam 7 malam ini bagaimana? Bisa bu, yg lain gimana? 6:51 PM

Afzal Sman2  
You mau dimulai malam ini/besok saja? Besok aja bu. 6:53 PM

Fakhruzziq Sman2  
You mau dimulai malam ini/besok saja? Besok bu 6:54 PM

Hani sman2  
Astagfirullah 6:54 PM

baik besok jam 2 semuanya sudah ready yaa 🙏 6:55 PM ✓

krna tinggal pertemuan 1x lagi biar cepet selese yaaa 🙏🙏 6:55 PM ✓

dan va lain ibu tuncaq vaa format penilaian evaluasi 6:55 PM ✓

Message

Lampiran 27. Rekapitulasi bimbingan skripsi

PEMBIMBINGAN SKRIPSI

Pembimbing I

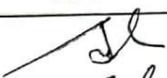
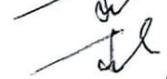
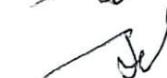
Nama : Dr. Dini Rahmawati.S.Pd.M. Pd

No.	Tanggal	Keterangan	Paraf
1.	16-03-2021	Judul	
2.	29-03-2021	Judul	
3.	22-04-2021	acc Judul	 
4.	05-07-2021	LBM	
5.	29-07-2021	LBM (Bab I)	 
6.	12-08-2021	Bab 2	
7.	24-08-2021	Bab 2	
8.	31-08-2021	Bab 3	
9.	20-09-2021	InsErumen	 
10.	22-09-2021	acc Proposal	
11.	22-10-2021	skala try out	
12.	08-11-2021	hasil Pretest & PPL	
13.	29-11-2021	hasil Penelitian	
14.	08-12-2021	acc. Siap ujian	

## PEMBIMBINGAN SKRIPSI

Pembimbing II

Nama: Ismah .S. Ag. M. Pd

No.	Tanggal	Keterangan	Paraf
1.	22. April - 2021	Pengajuan Judul	
2.	07 - Juni - 2021	acc Judul	
3.	16 - Juni - 2021	Revisi LBM	
4.	16 - Juni - 2021	Revisi LBM	
5.	07 - Agustus - 2021	Bab 2 - 3	
6.	22 - sep - 2021	Bab 2 - 3	
7.	29 - Sep - 2021	Revisi LBM	
8.	11 - Oktober - 2021	ACC Proposal	
9.	21 - Oktober - 2021	Skala tryout	
10.	1 - November - 2021	Pretest dan RPL	
11.	3 - Desember - 2021	hasil Penelitian	
12.	7 - Desember - 2021	Siap ujian	

