

Rancangan Program Pelayanan BK Berbasis Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Negeri 2 Bukittinggi (Studi pada Kelas XI Tata Boga)

Shonya Syifani¹, Fuaddillah Putra², Joni Adison³

^{1,2,3} Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas PGRI Sumatera Barat
Email: shonyasyifani1508@gmail.com¹, putraalyanifahmi@gmail.com², jono.edison@gmail.com³

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya rasa malas dan juga tidak ada dukungan dari orang tua yang menyebabkan peserta didik sering menunda dalam membuat tugas dan pada akhirnya bisa berdampak pada prestasi belajar peserta didik menurun. Prokrastinasi yang dilakukan oleh peserta didik ini akan berdampak pada tidak tercapainya hasil belajar yang maksimal dan memuaskan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik dan membuat rancangan program layanan konseling tentang faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, populasi penelitian ini peserta didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi sebanyak 102 peserta didik. Sampel pada penelitian sebanyak 59 peserta didik diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan untuk analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan teknik presentase. Hasil penelitian tentang faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik berada pada kriteria banyak dan berdasarkan hasil penelitian ini direkomendasi untuk Guru BK agar dapat mempergunakan rancangan program pelayanan BK yang telah peneliti rancang untuk kelas XI SMK Negeri 2 Bukittinggi.

Kata Kunci : *Rancangan Program Pelayanan Konseling, Prokrastinasi Akademik, Peserta Didik*

Abstract

This study is motivated by a sense of laziness and also no support from parents which causes students to often delay in making assignments and in the end can have an impact on students' learning achievement decreases. Procrastination carried out by these students will have an impact on not achieving maximum and satisfactory learning outcomes. The aim of this study is to identify factors that influence students' academic procrastination and to design a counseling service program about factors that influence students' academic procrastination. Type of study was descriptive quantitative, the population were students at SMK Negeri 2 Bukittinggi as many as 102 students. The sample was 59 students taken using purposive sampling technique. The instrument of this study used a questionnaire, for data analysis using descriptive statistics with percentage techniques. The results of study on factors that affect students' academic procrastination are on many criteria and based on the results of this study it is recommended for BK teachers to be able to use the BK service program design that researchers have designed for class XI SMK Negeri 2 Bukittinggi.

Keywords: *Counseling Service Program Design, Academic Procrastination, Students*

PENDAHULUAN

Proses belajar mengajar yang diselenggarakan oleh sekolah dimaksudkan untuk mengarahkan perubahan pada diri peserta didik secara terencana baik dari segi kognitif, afektif dan psikomotorik. Belajar dan pembelajaran adalah dua hal yang saling berhubungan dan tidak dapat dipisahkan, belajar dan pembelajaran dapat dikatakan bentuk edukasi yang menjadikan adanya suatu interaksi antara guru dan peserta didik. Kegiatan belajar mengajar yang dilakukan dapat diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan. Menurut Hanafy (2014:68) belajar merupakan suatu proses yang memungkinkan timbulnya atau berubahnya suatu tingkah laku baru yang bukan disebabkan oleh kematangan dan sesuatu hal yang bersifat sementara sebagai hasil dari terbentuknya respon utama.

Menurut Erwinsyah (2017:88) belajar merupakan suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Sedangkan pembelajaran merupakan sebagian dari proses belajar dapat ditunjukkan dengan berbagai bentuk, seperti perubahan pengetahuan, pemahaman sikap dan tingkah laku, keterampilan, kecakapan dan kebiasaan serta aspek lain yang ada pada diri peserta didik. Menurut Nafeesa (2018:55) tidak pandainya mengatur waktu merupakan salah satu penyebab peserta didik menjadi malas mengerjakan tugasnya, mereka lebih suka untuk melakukan hal yang menurut mereka lebih menyenangkan seperti bermain, bercanda, dibandingkan dengan belajar sesuatu untuk menambah pengetahuan. Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas yang telah ditentukan dapat dikatakan prokrastinasi, sehingga dapat dikatakan bahwa prokrastinasi perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan. Sedangkan menurut Gunawinata (Hasanah, Miftahul, dkk,2016:131) mengatakan bahwa prokrastinasi juga merupakan penundaan terhadap suatu tugas atau pekerjaan yang terjadwal dan yang penting untuk dilaksanakan. Sedangkan Menurut Silver (Ghufron & risnawita, 2010:152) seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari ataupun tidak mau tahu dengan tugas yang dia hadapi, akan tetapi dia hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu untuk menyelesaikan tugas.

Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan dengan peserta didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi pada hari Senin, 1 November 2021 dilakukan kepada 20 orang peserta didik jurusan Tata Boga didapatkan hasil bahwa banyak peserta didik yang melakukan prokrastinasi di sekolah, dimana peserta didik ini melakukan prokrastinasi dalam bentuk pembuatan laporan perencanaan praktik yang dibuat pada pagi hari sebelum masuk ke dalam kitchen dan siswa yang piket bahan pada hari itu masih ada yang membeli bahan kepasar pada pagi hari. Sedangkan berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan dengan guru BK (SA) pada hari Senin, 1 November 2021 di SMK Negeri 2 Bukittinggi menyatakan bahwa kebanyakan peserta didik yang aktif di sekolah ini sering lalai dalam membuat tugas dan jika masih ada waktu luang ia akan memanfaatkan untuk waktu yang kurang penting (tidak mengerjakan tugas yang di berikan) dan pada saat sudah dekat waktu pengumpulan maka ia akan membuat dengan proses kebut semalam ataupun mencontek punya teman dan tidak memperhatikan benar atau salah dari tugasnya tersebut hanya memikirkan asal dikumpulkan saja dan juga percaya diri yang rendah. Karena perlakuan malas dan juga tidak ada dukungan dari orang tua makanya peserta didik sering menunda dalam membuat tugas dan pada akhirnya bisa berdampak pada prestasi belajar peserta didik menurun. Prokrastinasi yang dilakukan oleh peserta didik ini akan berdampak pada tidak tercapainya hasil belajar yang maksimal dan memuaskan, peserta didik akan terus lalai dengan pekerjaannya yang mungkin saja akan terbawa kedalam praktik kerja lapangan yang akan dilakukan maupun sudah dilakukan oleh peserta didik.

METODE

Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Juli 2022 di SMK Negeri 2 Bukittinggi. Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian yang telah dirumuskan pada bagian terdahulu, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2010:8) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Sedangkan Menurut Arikunto (2010:27) penelitian kuantitatif dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Seiring dengan itu Menurut Yusuf (2005:83) penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu, atau menggambarkan fenomena secara detail. Jadi populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI Jurusan Tata Boga di SMK Negeri 2 Bukittinggi yang mengalami prokrastinasi akademik tahun pelajaran 2021/2022 dan didapatkan peserta didik yang melakukan prokrastinasi ada 57 orang. Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah mengadministrasikan angket kepada peserta didik kelas XI di SMK Negeri 2 Bukittinggi. Penelitian kuantitatif analisis data adalah kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan dan responden, mentabulasi dan berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data setiap variabel yang diteliti. Setelah data penelitian berupa jawaban responden atas angket yang dibagikan, selanjutnya dilakukan analisis data dengan menggunakan rumus presentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rekapitulasi Hasil Penelitian

Dalam proses penelitian yang telah peneliti lakukan maka didapatkan hasil terkait faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik di sekolah, adapun hasil penelitian ini sudah di rekap dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Penelitian Berbasis Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik

Variabel	Indikator	Jumlah (%)				
		Sangat Sedikit	Sedikit	Cukup Banyak	Banyak	Sangat Banyak
faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Peserta Didik	Secara Umum	0,0	1,7	6,8	47,4	44,1
	Kondisi Fisik Individu	0,0	6,8	20,3	55,9	16,9
	Kondisi Psikologis Individu	0,0	1,7	1,7	18,6	78,0
	Gaya Pengasuhan Orang Tua	0,0	0,0	3,4	1,7	94,9
	Kondisi Lingkungan	0,0	1,7	6,8	32,2	59,3

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat disimpulkan bahwa gambaran faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik pada peserta didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi secara keseluruhan adalah banyak 47,4%.

PEMBAHASAN

Pembahasan hasil penelitian dikemukakan berdasarkan analisis dan penafsiran dari data temuan penelitian yang tergambar pada deskripsi hasil sebelumnya. Berdasarkan hasil penelitian dapat mendeskripsikan gambaran Bentuk Modul Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi (*Studi pada kelas XI Tata Boga*), yaitu sebagai berikut :

Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi Secara Umum

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan gambaran secara umum prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi paling banyak berada pada kategori banyak, dimana peserta didik dengan berbagai alasan sering menunda pekerjaan.

Munculnya perilaku prokrastinasi akademik ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain faktor pemikiran-pemikiran yang irasional, misalnya “besok masih bisa”, “saya bisa mengerjakan hal ini dengan cepat”, di samping itu adanya keinginan untuk memperoleh kesenangan (reinforcement) sesaat, yang lebih menarik juga menjadi penyebab munculnya perilaku prokrastinasi misalnya: memilih jalan-jalan bersama teman-teman di mall atau menonton film sesuai dengan jadwal yang telah dibuatnya. Hal ini dipengaruhi oleh motivasi belajar eksternal dan internal yang rendah pada peserta didik. Penyebab munculnya perilaku ini adalah pengaturan waktu yang buruk dari peserta didik itu sendiri (Ermida & Florentina, 2015:36).

Sebagai guru BK seharusnya lebih memperhatikan kegiatan yang dilakukan peserta didiknya dalam PBM berlangsung dan membantu peserta didik dalam mengatasi prokrastinasi bagi peserta didik yang mengalami masalah ini.

Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi Berdasarkan Faktor Kondisi Fisik Individu

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan gambaran secara umum prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi berdasarkan faktor kondisi fisik individu paling banyak berada pada kategori banyak, dimana peserta didik banyak melakukan penundaan dengan alasan kondisi fisik individu seperti menunda mengerjakan tugas karena sakit kepala, karena badan lelah setelah berolahraga, menunda mengerjakan tugas karena sulit berkonsentrasi, menunda mengerjakan tugas karena pikiran terganggu akibat pertengkaran antar anggota keluarga di rumah dan menunda mengerjakan tugas akibat lelah setelah bermain dengan teman.

Perilaku menunda dapat mempengaruhi keberhasilan akademik dan pribadi individu. Dini (dalam Westri, 2016:13) “Dampak negatif yang timbul dari perilaku menunda, yaitu: (1) Performa akademik yang rendah, (2) Stress yang tinggi, (3) Menyebabkan penyakit, (4) Kecemasan yang tinggi”. Prayitno (dalam Juliawati, 2016:9) Guru BK/Konselor perlu memberikan pelayanan konseling yang optimal dan komprehensif sesuai kebutuhan peserta didik dengan menyediakan program BK yang cocok untuk mengatasi Prokrastinasi Akademik pada peserta didik seperti menyelenggarakan layanan: (1) Layanan Informasi (klasikal), (2) Layanan Bimbingan Kelompok, (3) Layanan Konseling Kelompok, (4) Layanan Konseling Individual. Pelaku Prokrastinasi perlu diberikan perhatian dan empati di samping kontrol dan meminimalkan peluang-peluang terjadinya Prokrastinasi.

Kepada guru BK/Konselor diharapkan dapat melakukan kerja sama dengan berbagai pihak seperti kepala sekolah, wakil kepala sekolah dan guru mata pelajaran serta orang tua. Hal ini penting, agar koordinasi dan supervisi terhadap pencegahan dan pengentasan tindakan Prokrastinasi Akademik benar-benar terjalin sehingga tidak membudaya dan tidak dianggap biasa lagi oleh peserta didik di sekolah.

Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi Berdasarkan Faktor Kondisi Psikologi Individu

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan gambaran secara umum prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi berdasarkan faktor kondisi psikis individu paling banyak berada pada kategori sangat banyak, dimana peserta didik berhenti mengerjakan tugas ketika

konsentrasi terganggu terhadap teman yang ribut ketika bermain di luar kelas, akan menunda mengerjakan tugas jika tidak ada perhatian dari orang tua, menunda mengumpulkan tugas yang diinstruksikan karena kesal kepada guru pelajaran, menunda mengerjakan tugas karena motivasi belajar yang rendah, tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru ketika ada masalah yang berhubungan muda mudi dan diinstruksikan untuk diselesaikan di sekolah ketika mengalami masalah dengan teman di dalam kelas, menunda mengerjakan tugas karena perasaan yang kurang menyenangkan membuat lebih suka melakukan hal lain dan menunda mengerjakan tugas karena bosan dengan materi tugas yang diberikan oleh guru.

Menurut Millgram dkk, trait (Zuraida : 2017) kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam self-regulation dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi antara lain rendahnya kontrol diri. Pelaku Prokrastinasi perlu diberikan perhatian dan empati di samping kontrol dan meminimalkan peluang-peluang terjadinya Prokrastinasi. Selain itu, guru BK/Konselor perlu melakukan kerja sama dengan berbagai pihak seperti kepala sekolah, wakil kepala sekolah dan guru mata pelajaran serta orang tua. Hal ini penting, agar koordinasi dan supervisi terhadap pencegahan dan pengentasan tindakan Prokrastinasi Akademik benar-benar terjalin sehingga tidak membudaya dan tidak dianggap biasa lagi oleh peserta didik di sekolah (Juliawati 2016:9).

Untuk mengatasi prokrastinasi faktor kondisi psikologis individu, peserta didik memerlukan dampingan dari guru BK sehingga mendapatkan pendampingan terhadap sangat banyaknya melakukan penundaan akademis dan peserta didik Prokrastinasi perlu diberikan perhatian dan empati di samping kontrol dan meminimalkan peluang-peluang terjadinya Prokrastinasi.

Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi Berdasarkan Faktor Gaya Pengasuhan Orang Tua

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan gambaran secara umum prokrastinasi akademik peserta didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi berdasarkan faktor gaya pengasuhan orang tua paling banyak berada pada kategori sangat banyak, dimana peserta didik menunda mengerjakan tugas ketika orang tua terlalu kasar sehingga tidak dapat mengerjakan tugas dirumah, menunda mengerjakan tugas karena orang tua tidak begitu peduli dengan sekolah, karena orang tua mengabaikan belajar di rumah dan menunda mengerjakan tugas karena orang tua tidak pernah memberi penghargaan untuk setiap prestasi.

Hasil penelitian Ferrari & Ollivete dalam (Aprianti, 2012:26) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak, sedangkan tingkat pengasuhan demokratis ayah menghasilkan anak yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan avoidance procrastination menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan avoidance procrastination pula. Menurut Fehrmann, Keith dan Reimers, "Keterlibatan orangtua dimaksudkan sebagai dukungan orang tua terhadap pendidikan dan pengembangan anaknya dan telah menunjukkan dampak positif bagi pencapaian akademik anak serta penyesuaian masa sekolah"

Menurut Epstein, Fan & Chendalam (Aprianti, 2012:28), "Dukungan orang tua terhadap pendidikan anak-anak dapat dilakukan dengan berbagai cara, masing-masingnya memberikan

perbedaan terhadap prestasi akademik anak-anak mereka”³⁹. Sejalan dengan teori Eipstein, menurut Fan dan Keith, “Keterlibatan orangtua termasuk dalam harapan orang tua dan komunikasi antara orang tua dan anak mengenai sekolah, memiliki hubungan yang positif bagi hasil yang akan didapat anak”.

Hubungan yang baik antara orang tua dan anak akan mendatangkan hasil baik bagi kepribadian anak serta bagi pencapaian akademik mereka karena orang tua merupakan sosok yang terpenting dan sangat berpengaruh dalam kehidupan anak-anaknya. Hubungan Antara Konformitas Dan Dukungan Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademi terdapat hubungan signifikan antara konformitas dan dukungan orang tua dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi tingkat konformitas dan dukungan orang tua maka akan semakin rendah pula perilaku prokrastinasi akademik siswa.

Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi Berdasarkan Kondisi Lingkungan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan gambaran secara umum prokrastinasi akademik peserta didik di SMK Negeri 2 Bukittinggi berdasarkan factor kondisi lingkungan paling banyak berada pada kategori sangat banyak, dimana peserta didik menunda mengerjakan tugas karena ikut-ikutan teman bermain game, menunda mengerjakan tugas karena kekurangan sarana dan prasarana seperti laptop rusak, karena keterbatasan jaringan internet, karena mengandalkan teman yang pintar dalam mengerjakan tugas, karena sering menyibukkan diri di luar rumah dengan hal-hal yang kurang berfaedah, menunda mengerjakan tugas jika guru hanya memberikan tugas tanpa ada penjelasan setelah itu, menunda mengerjakan tugas jika suasana kelas terlalu rebut dan menunda mengerjakan tugas karena menunggu teman yang lain selesai mengerjakannya.

Faktor yang menyebabkan peserta didik melakukan prokrastinasi akademik dalam melaksanakan tugas sekolahnya yaitu Dukungan Sosial. Dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi pesertadidik dalam melakukan prokrastinasi Akademiknya. Hal ini bertolak belakang dengan teori (Mustakim, 2015:23) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk dorongan yang dilakukan oleh lingkungan sosial yang dalam bentuk nasihat verbal atau nonverbal yang memberikan manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu sebagai makhluk sosial.

Dukungan sosial dapat sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi peserta didik melakukan prokrastinasi akademiknya karena tidak ada dukungan dari orang sekitar seperti keluarga, teman sebaya dan orang terdekat lainnya, sehingga ketika dihadapkan pada penyelesaian tugas akademik, peserta didik cenderung memilih untuk menunda karena mengharapkan dari teman dan bahkan tidak menyelesaikan tugas tersebut.

Rancangan Program pelayanan BK

Rancangan program pelayanan BK berbasis faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yang peneliti bahas berupa RPL yang nantinya dapat digunakan oleh guru BK dalam menanggulangi faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik di sekolah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik peserta didik SMK Negeri 2 Bukittinggi (*Studi pada kelas XI Tata Boga*) sebagai berikut :

1. Faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik secara keseluruhan berada pada kategori banyak.
2. Rancangan program pelayanan BK berbasis faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, K. (2017). Hubungan Antara Konformitas dan Dukungan Orangtua Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 2 Samarinda. *Ejournal Psikologi*, 5(1), 1–11.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ermida & Florentina YuniApsari. 2015. Pelatihan SAT (self regulation, assertiveness, time management dan prokrastinasi akademik pada siswa SMA, fakultas psikologi universitas katolik widya mandala surabaya, (jurnal psikologi). Vol :1. No. : 1
- Erwinsyah, Alfian. 2017. Manajemen Kelas Dalam Meningkatkan Efektifitas Proses Belajar Mengajar. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*. Vol : 5. No.: 2
- Ghufron,M. Nur. & Risnawati, Rini, S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Hanafy, Muh Sain. 2014. Konsep Belajar dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan*. Vol : 17. No.: 1. Hal 66-79
- Hasanah, Miftahul & Zidni Immawan Muslimin. 2016. Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Perilaku Mencontek pada Siswa “X” Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*. Vol: 4. No : 2. Hal : 128-137.
- Juliawati, Dosi. 2016. Peran Guru Bimbingan Dan Konseling / Konselor Dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Di Sekolah. *Jurnal Institut Agama Islam Negeri Kerinci*. Vol : 1. No. : 1
- Mustakim. (2015). Hubungan Antara Locus Of Control Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MAN 1 Medan. Skripsi. Universitas Medan Area. Sumatera Utara
- Nafeesa. 2018. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa Yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos : Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*. Vol: 4. No.: 1. Hal : 53-67.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Westri, Prima 2016. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Diskusi Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII¹_{SEP}SMP Negeri 2 Tasikmadu. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*. Vol : 1. No. : 1
- Yusuf, Muri.A. 2005. *Metode Penelitian*. Padang : UNP Press.
- Zuraida. 2017. Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, Vol : 2. No : 1. Hal : 30-41