PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA SEKOLAH MENENGAH TINGKAT ATAS DI KOTA PADANG PANJANG

Ayu Putri Indrahma Pratiwi[1], Yarmis Syukur[2]

[1,2]*Universitas Negeri Padang*
E-mail : [1]ayu11.ap76@gmail.com, [2]yarmissyukur@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

Academic procrastination is a crucial issue to be examined, as it can lead to various negative impacts on students' learning outcomes. Every educational institution possesses distinct student characteristics, including the differences between Senior High School (SMA) and Vocational High School (SMK) students. This study aims to analyze the differences in academic procrastination between SMA and SMK students using a comparative quantitative method. The population of this study consisted of 1,770 students from two schools: SMAN 3 Padang Panjang (860 students) and SMKN 1 Padang Panjang (910 students). A sample of 329 students was selected using the proportionate stratified random sampling technique. The research instrument employed was the "Academic Procrastination Scale" based on the Likert model. Data were analyzed using descriptive statistics and independent sample t-tests. The results indicated that, overall, the level of academic procrastination for both SMA and SMK students fell into the moderate category. Furthermore, the t-test results revealed a significant difference in academic procrastination between SMA and SMK students, with a significance value of 0.001 < 0.05. Based on these findings, this study recommends that guidance and counseling teachers in both SMA and SMK develop counseling programs addressing academic procrastination that are tailored to the specific characteristics of their students.

Keywords : *Academic Procrastination, Senior High School Students, Vocational High School Students*

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik menjadi salah satu permasalahan yang krusial untuk dikaji, karena dapat membawa berbagai dampak yang negatif bagi hasil belajar siswa. Setiap institusi pendidikan memiliki karakteristik siswa yang berbeda tentunya, termasuk antara siswa SMA dan siswa SMK. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan prokrastinasi akademik siswa SMA dan SMK. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif. Populasi penelitian ini adalah 1770 siswa, yang terbagi dalam dua sekolah yakni SMAN 3 Padang Panjang sebanyak 860 siswa dan SMKN 1 Padang Panjang sebanyak 910 siswa. Sampel penelitian ini sebanyak 329 siswa yang diambil menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah "skala prokrastinasi akademik" dengan model *Likert*. Data dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan teknik uji-t sampel independen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat prokrastinasi akademik baik siswa SMA maupun siswa SMK berada pada kategori sedang. Kemudian berdasarkan hasil pengujian *t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara prokrastinasi akademik siswa SMA dan siswa SMK dengan nilai signifikan 0.001 < 0.05. Berdasarkan hasil tersebut penelitian ini merekomendasikan guru bimbingan konseling baik di SMA dan SMK untuk menyusun program BK yang berkaitan dengan kondisi prokrastinasi akademik ini sesuai dengan karakteristik siswa.

Kata Kunci : *Prokrastinasi Akademik, Siswa SMA, Siswa SMK*

PENDAHULUAN

Pendidikan sangat penting dalam proses pembentukan individu yang berpengetahuan, terampil, dan memiliki karakter. Pendidikan adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif dalam mengembangkan potensi dirinya (Hidayat, 2020). Pendidikan tidak hanya sebatas pada pemberian ilmu pengetahuan, tetapi juga mencakup pengembangan sikap, nilai, dan keterampilan yang dibutuhkan dalam kehidupan yang didapatkan melalui proses belajar (Zubaidah, 2021). Proses belajar juga termasuk pada komponen inti yang menjadi dasar keberhasilan siswa. Belajar didefinisikan sebagai proses perubahan perilaku yang relatif permanen sebagai hasil dari pengalaman dan latihan (Prasetya & Mardapi, 2019). Proses belajar pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Indonesia berlangsung dalam tujuan pendidikan, kurikulum, metode pengajaran, dan tuntutan lingkungan yang berbeda (Sari & Rustika, 2020). Meski keduanya sama-sama bagian dari pendidikan menengah dan sama-sama menumbuhkan kompetensi akademik serta karakter, orientasi dan pola pelaksanaan pembelajaran menunjukkan perbedaan nyata yang memengaruhi pengalaman belajar siswa (Wahyuni, 2021).

Siswa dalam proses belajar di sekolah sering kali menghadapi berbagai tuntutan akademik, siswa sering kali mengalami tantangan seperti kesulitan dalam menyelesaikan tugas sekolah, kesulitan dalam menghadapi ujian, kesulitan dalam pengaturan waktu belajar dan siswa kurang mampu dalam memprioritaskan kewajiban belajar dibandingkan dengan aktivitas lain yang kurang produktif (Fajriah & Wibowo, 2021). Fenomena yang cukup umum terjadi di kalangan siswa SMA maupun siswa SMK adalah prokrastinasi (Kusumawati & Rahmawati, 2022).

Prokrastinasi menurut Rohmani & Purwanti (2021) merupakan bentuk kegagalan dalam pengendalian diri untuk memulai atau menyelesaikan tugas yang penting dalam waktu yang telah ditentukan. Dalam bidang pendidikan perilaku ini dikenal sebagai prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari, Johnson & McCown (1995) prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan umum atau kebiasaan menunda-nunda apa yang diperlukan untuk mencapai beberapa tujuan. Menurut Fitriana & Nofrion (2020) prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda aktivitas akademik yang dapat menghambat pencapaian prestasi belajar. Prokrastinasi akademik menjadi masalah serius karena tidak hanya berdampak pada pencapaian akademik siswa, tetapi juga pada aspek psikologis seperti kecemasan, stres, dan rasa bersalah (Steel, 2007).

Hasil Penelitian Putri & Aviani (2024) di SMA Negeri X di Sumatera Barat menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang 38,6%, dengan aspek penundaan sebagai aspek yang mendominasi 49,6% pada siswa SMA. Selanjutnya penelitian Ismi (2022) di SMA Islam Terpadu *Boarding School* Abu Bakar Yogyakarta mengidentifikasi bahwa siswa SMA menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik, seperti menunda-nunda penyelesaian tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan akademik dalam kategori sedang. Penelitian yang dilakukan Permana (2019) di SMA Darul Falah Cililin menunjukkan bahwa siswa SMA mengalami tingkat prokrastinasi akademik yang sedang, dengan 38% untuk jurusan IPA dan 41% untuk jurusan IPS. Selanjutnya hasil penelitian Putri, Rakhmawati, & Gunawan (2024) di SMK Negeri 7 Semarang menunjukkan bahwa siswa kelas XI SMK memiliki tingkat prokrastinasi akademik berada pada tingkat sedang dengan persentase 63%. Selanjutnya penelitian Agustina, Rahmawati & Khairun (2023) di SMK negeri di Kota Serang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMK dengan kategori tinggi sebesar 89%. Hal ini

menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik siswa SMA dan SMK berada pada persentase sedang dan tinggi.

Berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa prevalensi prokrastinasi akademik pada siswa masih cukup tinggi. Demikian juga fenomena yang terjadi di lapangan berdasarkan wawancara dan observasi dengan guru BK serta siswa di SMA Negeri 3 Padang Panjang dan SMK Negeri 1 Padang Panjang, pada tanggal 16 Juni 2025 dan 21 Juli 2025 ditemukan bahwa prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang paling sering ditangani dan dialami oleh siswa di sekolah. Pada siswa SMA maupun SMK sering terjadi masalah terkait siswa yang sering menunda-nunda tugas, malas mengerjakan tugas, tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, dan kurang mampu memprioritaskan kewajiban belajar dibandingkan dengan aktivitas lain yang kurang produktif. Guru BK menyampaikan bahwa siswa sering menunda tugas sekolah dengan alasan bersantai dulu. Misalnya, siswa akan duduk di kantin atau diluar kelas sambil memegang ponsel, membuka aplikasi media sosial atau hiburan lain, kurang mampu menahan dorongan untuk melakukan hal-hal menyenangkan saat ada kewajiban belajar, mudah terdistraksi saat belajar, dan cenderung menunda dengan alasan "nanti saja" atau "*deadline* tugasnya masih lama".

Siswa menyadari adanya tugas sekolah, namun tidak segera mengerjakannya dan memilih melakukan aktivitas lain. Hingga saat pengumpulan tugas akademik siswa baru tergesa-gesa membuka buku dan menyelesaikan tugas dalam tekanan waktu. Selain itu, siswa SMK memiliki tambahan tuntutan akademik selain tugas teori yang sama dengan siswa SMA. Siswa SMK juga memiliki tuntutan tugas praktek dan jam lapangan yang memungkinkan kecenderungan lebih tinggi terhadap perilaku prokrastinasi. Tindakan layanan juga sudah diberikan oleh guru BK dan guru mata pelajaran, ada beberapa siswa yang sudah merubah perilakunya, namun ada juga siswa yang merubah perilakunya tetapi setelah dipengaruhi lingkungan kembali lagi melakukan prokrastinasi akademik.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan prokrastinasi akademik pada siswa SMA dan siswa SMK. Hal ini karena setiap siswa di institusi yang berbeda tentunya memiliki karakteristik dan tingkat prokrastinasi yang berbeda. Saat ini penelitian yang membandingkan kedua institusi ini masih belum ditemukan, sehingga penelitian ini perlu untuk dilakukan dan dikaji secara mendalam. Hasil penelitian ini nantinya akan bermanfaat untuk memahami bagaimana kondisi prokrastinasi akademik pada siswa SMA dan siswa SMK. Sehingga dapat menjadi landasan dalam menyusun program BK yang sesuai untuk peningkatan hasil belajar siswa. Maka dari itu untuk memberikan arahan dan pedoman pada penelitian ini, disusun beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut.

RQ1. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik siswa di SMA?
RQ2. Bagaimana gambaran prokrastinasi akademik siswa di SMK?
RQ3. Bagaimana perbedaan prokrastinasi akademik antara siswa SMA dan SMK?

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif komparatif. Menurut Yusuf (2017) penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara sistematik, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 1770 siswa, terdiri dari 860 siswa SMAN 3 Padang Panjang dan 910 siswa SMKN 1 Padang Panjang. Sampel penelitian sebanyak 329 orang siswa. Penarikan sampel menggunakan

teknik *proportionate stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah "skala prokrastinasi akademik" dengan menggunakan model *Likert*. Data dianalisis dengan teknik deskriptif dan teknik *uji independent sample t-test*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data, maka pembahasan akan disesuaikan dengan tujuan penelitian terkait dengan perbedaan prokrastinasi akademik siswa SMA dan SMK, sebagai berikut:

Deskripsi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA

Berdasarkan kategori pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan prokrastinasi akademik siswa SMA, sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Prokrastinasi Akademik Siswa SMA (n=160)

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Sangat Tinggi (ST)	≥148	1	0,63
Tinggi (T)	120-147	22	13,8
Sedang (S)	92-119	112	70
Rendah (R)	64-91	25	15,6
Sangat Rendah (SR)	≤63	0	0
Jumlah		160	100

Pada tabel 1, diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa SMA di SMAN 3 Padang Panjang berada pada kategori sedang yaitu terdapat 112 orang siswa SMA dengan persentase 70%. Kategori lainnya yaitu pada kategori rendah terdapat 25 orang siswa SMA dengan persentase 15.6%. Pada kategori tinggi terdapat 22 orang siswa SMA dengan persentase 13.8%. Pada kategori sangat tinggi terdapat 1 orang siswa SMA dengan persentase 0.63% dan pada kategori sangat rendah tidak ada terdapat siswa dengan persentase 0.00%.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa SMA di SMAN 3 Padang Panjang berada pada kategori sedang. Serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri & Aviani (2024) mendapatkan hasil bahwa prokrastinasi akademik siswa SMA berada pada kategori sedang. Hal ini berarti siswa SMA di SMAN 3 Padang Panjang masih banyak melakukan prokrastinasi akademik.

Deskripsi Prokrastinasi Akademik Siswa SMK

Berdasarkan kategori pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan prokrastinasi akademik siswa SMK, sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Prokrastinasi Akademik Siswa SMK (n=169)

Kategori	Interval	Frekuensi	%
Sangat Tinggi (ST)	≥148	4	2,37
Tinggi (T)	120-147	40	23,7
Sedang (S)	92-119	109	64,5
Rendah (R)	64-91	16	9,47
Sangat Rendah (SR)	≤63	0	0
Jumlah		169	100

Pada tabel 2, diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa SMK di SMKN 1 Padang Panjang berada pada kategori sedang yaitu terdapat 109 orang siswa SMK dengan persentase 64,5%. Kategori lainnya yaitu pada kategori rendah terdapat 16 orang siswa SMK dengan persentase 9.47%. Pada kategori tinggi terdapat 40 orang siswa SMK dengan persentase 23.7%. Pada kategori sangat tinggi terdapat 4 orang siswa SMK dengan persentase 2.37% dan pada kategori sangat rendah tidak ada terdapat siswa dengan persentase 0.00%.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik siswa SMK di SMKN 1 Padang Panjang berada pada kategori sedang. Serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri, Rakhmawati & Gunawan (2024) mendapatkan hasil bahwa prokrastinasi akademik siswa SMK berada pada kategori sedang. Hal ini berarti siswa SMK di SMKN 1 Padang Panjang masih banyak melakukan prokrastinasi akademik.

Perbedaan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dan Siswa SMK

Uji Prasyarat

Uji Normalitas

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Total
N		329
Normal Parameters[a.b]	Mean	105,86
	Std. Deviation	14,603
Most Extreme Differences	Absolute	,062
	Positive	,062
	Negative	-,047
Kolmogorov-Smirnov Z		1,117
Asymp. Sig. (2-tailed)		,165

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan hasil analisis uji normalitas di atas, didapatkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,165. Karena nilai signifikansi 0,165 > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data variabel Prokrastinasi Akademik SMA dan SMK berdistribusi normal secara keseluruhan.

Uji Homogenitas

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances				
Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dan SMK	*Levene Statistic*	df1	df2	Sig.
	,766	1	327	,382

Berdasarkan hasil analisis uji homogenitas di atas, dapat dilihat bahwa nilai signifikan pada uji homogenitas data dengan menggunakan uji *levene statistic* adalah 0.382 > 0.05, sehingga data berdistribusi homogen.

Uji Beda (*t-test*)

Berdasarkan hasil analisis uji t (*uji independent sample t-test*) yang telah dilakukan dengan menggunakan *SPSS Version 20.0*, berikut gambaran hasil perbedaan prokrastinasi akademik siswa SMA dan siswa SMK:

Tabel 5. Hasil Analisis Uji Perbedaan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dan SMK

Group Statistics

	Sekolah	N	Mean	*Std. Deviati-on*	*Std. Error Mean*
Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dan SMK	SMA	160	103,06	14,044	1,110
	SMK	169	108,52	14,665	1,128

Berdasarkan hasil uji beda (*t-test*) di atas, bahwa jumlah data siswa SMA adalah sebanyak 160 orang siswa, sedangkan jumlah data siswa SMK adalah sebanyak 169 orang siswa. Hasil analisis dari kedua kelompok menunjukkan adanya nilai rata-rata (*mean*) sebesar 103.06 pada siswa SMA dan 108.52 pada siswa SMK. Maka dari itu, jika dilihat dari hasil analisis deskriptif terlihat adanya perbedaan nilai rata-rata (*mean*) prokrastinasi akademik siswa dari kedua kelompok responden, yang berarti prokrastinasi akademik siswa SMA lebih rendah dibandingkan prokrastinasi akademik siswa SMK. Hal ini dapat dibuktikan melalui analisis atau perhitungan menggunakan teknik uji *independent sample t-test* untuk mengetahui adanya perbedaan secara signifikan atau tidak. Berikut hasil uji perbedaan dari perbedaan prokrastinasi akademik siswa SMA dan SMK:

Tabel 6. Hasil Uji Perbedaan Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dan SMK

Independent Samples Test

Prokrastinasi Akademik Siswa SMA dan SMK	N	t-hitung	t-tabel	*Sig.*	*Sig. (2-tailed)*
SMA	160	3,452	1,967	,382	,001
SMK	169				

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai signifikan (*2-tailed*) 0.001 < 0.05 yang berarti terdapat perbedaan prokrastinasi akademik siswa SMA dan siswa SMK. Dilihat dari nilai t, nilai t-hitung sebesar 3.452 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 327 dan nilai t-tabel pada taraf signifikan 0.05 sebesar 1.967. Hal ini berarti bahwa nilai t-hitung lebih besar dari nilai t-tabel pada taraf signifikan 0.05. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara prokrastinasi akademik siswa SMA dengan siswa SMK, yang berarti Ha diterima.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara prokrastinasi akademik siswa SMA dan siswa SMK. Berdasarkan temuan penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa SMA lebih rendah dibandingkan prokrastinasi akademik siswa SMK. Sejalan dengan hasil penelitian Novirson & Putri (2024) bahwa prokrastinasi akademik siswa SMA lebih rendah daripada prokrastinasi akademik siswa SMK, dimana siswa SMA berada pada rata-rata (82,63) dan siswa SMK pada rata-rata (95,36) yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik siswa SMA dan SMK.

Penyelenggaraan BK memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai tujuan pendidikan. Keberadaan BK di sekolah secara umum dapat membantu siswa mencapai tujuan yang dimaksud, diarahkan untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri,

kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Syukur, Neviyarni, & Zahri, 2019). Dengan adanya BK di sekolah, akan membantu siswa dalam membentuk karakter yang baik dan mewujudkan nilai-nilai edukatif yang membangun.

Bidang BK secara umum adalah ruang lingkup layanan yang dirancang untuk membantu siswa mengembangkan potensi diri, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta mengatasi permasalahan yang dihadapi dalam aspek pribadi, sosial, belajar, dan karir (Prayitno, 2017). Masalah prokrastinasi akademik termasuk dalam dua bidang layanan BK, yaitu bidang pribadi dan bidang belajar. Fenomena prokrastinasi akademik ini ditandai dengan kecenderungan menunda-nunda tugas yang masuk kepada masalah pada bidang pribadi siswa. Prokrastinasi akademik juga merupakan masalah siswa pada bidang belajar. Temuan penelitian ini menunjukkan perlunya layanan Bimbingan dan Konseling (BK) yang berfokus pada penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa di sekolah.

Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, adapun layanan BK yang dapat diberikan dalam membantu mengurangi prokrastinasi akademik siswa, sebagai berikut: a) layanan informasi, layanan informasi bertujuan memberikan pemahaman mendalam tentang konsep prokrastinasi, faktor penyebab, dan dampak negatifnya terhadap pembelajaran sebagai penyadaran diri siswa (Amalianita & Firman, 2019). Layanan ini dapat meningkatkan pemahaman diri siswa terhadap masalahnya dan siswa juga dapat mencari solusi terkait masalah prokrastinasi ini (seperti membuat jadwal prioritas atau teknik pomodoro) yang didiskusikan sebagai langkah dalam penurunan dari prokrastinasi akademik. Tujuan layanan informasi adalah agar individu menguasai berbagai informasi yang diperlukan dalam kehidupannya untuk membantu perkembangannya sehingga terwujud kehidupan efektif sehari-hari (KES) (Ahmad, 2013). Dengan membekali siswa melalui pengetahuan tentang teknik pengaturan waktu (*time management*), penetapan skala prioritas, dan pentingnya regulasi diri, layanan ini membantu siswa menyadari konsekuensi jangka panjang dari penundaan tugas terhadap prestasi mereka (Slameto, 2010). Melalui pemberian informasi yang akurat dan relevan, baik melalui bimbingan klasikal maupun media kreatif, siswa didorong untuk mengembangkan kesadaran kritis agar mampu mengambil keputusan yang lebih tepat dalam mengelola tanggung jawab akademiknya (Winkel & Hastuti, 2006). Secara keseluruhan, penguasaan informasi yang tepat memungkinkan siswa untuk memiliki kemandirian dalam merencanakan masa depan dan meminimalisir hambatan belajar (Yusuf, 2009).

Selanjutnya layanan yang juga dapat diimplementasikan untuk menurunkan prokrastinasi akademik siswa adalah bimbingan kelompok. Secara khusus, siswa sangat meminati layanan yang bersifat kelompok, terutama bimbingan kelompok (Hariko, 2021). Layanan bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan juga anggota kelompok (Prayitno, 2017). Melalui kegiatan bimbingan kelompok, siswa dapat dilatih keterampilan manajemen waktu, pengendalian diri, perencanaan belajar, serta regulasi diri yang merupakan faktor penting dalam menekan perilaku prokrastinasi akademik (Putriani & Taufik, 2017). Dinamika kelompok sebagai kekuatan sosial dalam suatu kelompok yang memperlancar atau menghambat proses kerjasama dalam kelompok, segala metode, sarana, dan teknik pembelajaran dapat diterapkan jika sejumlah orang bekerjasama dalam kelompok (Sukmawati, Neviyarni, Syukur, & Said, 2013). Dalam prosesnya, anggota kelompok saling berbagi pengalaman dan memberikan dukungan sosial untuk mengatasi kecenderungan menunda-nunda tugas sekolah (Sari & Ifdil, 2017). Implementasi layanan ini sering kali

mengintegrasikan teknik tertentu, seperti *self-management*, yang membantu siswa mengenali pemicu prokrastinasi sekaligus membangun komitmen terhadap target akademik yang realistis (Wahyuni, 2019). Adanya kontrol sosial, umpan balik dari teman sebaya, serta arahan dari konselor dalam lingkungan kelompok yang kondusif terbukti mampu meningkatkan motivasi siswa sehingga mereka lebih disiplin dalam menyelesaikan kewajiban akademiknya secara tepat waktu (Ghufron & Risnawita, 2010).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat prokrastinasi akademik baik siswa SMA maupun siswa SMK berada pada kategori sedang. Kemudian berdasarkan hasil pengujian *t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara prokrastinasi akademik siswa SMA dan siswa SMK dengan nilai signifikan 0.001 < 0.05. Berdasarkan hasil tersebut penelitian ini merekomendasikan guru bimbingan konseling baik di SMA dan SMK untuk menyusun program BK yang berkaitan dengan kondisi prokrastinasi akademik ini sesuai dengan karakteristik siswa. Adapun layanan BK yang dapat diberikan dalam mambantu mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMA dan siswa SMK yaitu layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, F. F., Rahmawati & Khairun, D. Y. (2023). Profil Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri di Kota Serang. *Jurnal Psikologi & Pendidikan*, 11(1), 83–92.

Ahmad, R. (2013). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Padang: UNP Press Padang.

Amalianita, B., & Firman, F. (2019). The Effectiveness of Group Guidance in Increasing the Students Assertiveness on Prevent Drug Abuse. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 3(2), 58–65.

Fajriah, N., & Wibowo, M. E. (2021). Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Belajar pada Siswa SMA. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 7(2), 105–112.

Ferrari, J. R., Johnson, J. I., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press.

Fitriana, E., & Nofrion. (2020). Prokrastinasi Akademik dan Dampaknya terhadap Prestasi Belajar Siswa SMA. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(2), 85–91.

Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Hariko, R. (2021). *Bimbingan Kelompok Agentik: Model Peningkatan Perilaku Prososial Siswa*. Malang: Literasi Nusantara.

Hidayat, A. (2020). Pendidikan Sebagai Proses Pembentukan Karakter Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(1), 45–52.

Ismi, M. (2022). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu Boarding School Abu Bakar Yogyakarta. *Anida: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 10(1), 85–95.

Kusumawati, D., & Rahmawati, F. (2022). Prokrastinasi Akademik Sebagai Bentuk Kesulitan Menyelesaikan Tugas di Kalangan Remaja Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 10(1), 23–31.

Novirson, R., & Putri, Y. E. (2024). Prokrastinasi Akademik: Studi Komparasi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenis Sekolah. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 11(2), 167–173.

Permana, D. (2019). Gambaran Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Darul Falah Cililin. FOKUS: *Jurnal Kajian Bimbingan & Konseling*, 2(3), 88–95.

Prasetya, A., & Mardapi, D. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Berbasis Pengalaman untuk Meningkatkan Hasil Belajar. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 10(2), 101–112.

Prayitno. (2017). *Layanan Bimbingan dan Konseling di Satuan Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.

Putri, I., Rakhmawati, D., & Gunawan, S. (2024). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK Negeri 7 Semarang. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 43–51.

Putri, M., & Aviani, Y, I. (2021). Gambaran Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri X di Sumatera Barat. *Edukasi: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Pengajaran*, 2(2), 55–63.

Putriani, L., & Taufik. (2017). *Bimbingan dan Konseling dalam Pengembangan Potensi Peserta Didik*. Padang: UNP Press.

Rohmani, L., & Purwanti, S. (2021). Hubungan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(1), 45–53.

Sari, N. P., & Rustika, I. M. (2020). Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(2), 121– 132.

Sari, S. P., & Ifdil, I. (2017). Profil Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 159-163.

Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*. 133(1), 65–94.

Sukmawati, I., Neviyarni, S., Syukur, Y., & Said, A. (2013). Peningkatan Hasil Belajar Melalui Dinamika Kelompok dalam Perkuliahan Pengajaran Psikologi dan Bimbingan Konseling (PPBK). *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(2),10–18.

Syukur, Y., Neviyarni, & Zahri, T. N. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Malang: IRDH Book Publisher.

Wahyuni, S. (2019). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Fokus*, 2(3), 94–101.

Wahyuni, S. (2021). Penerapan Strategi Pembelajaran Aktif dalam Meningkatkan Hasil Belajar dan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa. *Jurnal Pendidikan Citra Bakti*, 8(1), 101–112.

Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Yusuf, S. (2009). *Program Bimbingan & Konseling di Sekolah*. Bandung: Pustaka Setia.

Yusuf, S. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Zubaidah, S. (2021). Pengembangan Kompetensi Abad 21 Melalui Pembelajaran Berbasis Nilai-Nilai Karakter. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 28(1), 12–24.