

**PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN KONSELING
KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT
UNTUK MEMINIMALISASI PROKRASTINASI AKADEMIK
SISWA SMK NEGERI 3 SINGARAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan**



**OLEH:
KOMANG NOVI WIDI ANTARIYANI
NIM 1811011021**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI BIMBINGAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2022

SKRIPSI

DIJUKAN UNTUK MELENGGAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA PENDIDIKAN



HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi oleh Komang Novi Widi Antariyani

Telah dipertahankan di depan dewan penguji,

Pada tanggal: 19 Juli 2022

Dewan Penguji



**Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons.,
NIP. 19570801 198303 1 003**

(Ketua)



**Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd
NIP. 198605192008122003**

(Anggota)



**Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons.
NIP. 19570303 198303 2 001**

(Anggota)



**Gede Nugraha Sudarsana, S.Psi, M.Pd
NIP. 19890426 201903 1 006**

(Anggota)



Diterima Oleh Panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Ganesha
Guna Memenuhi syarat-syarat untuk
mencapai gelar serjana pendidikan.

Pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 19 Juli 2022

Mengetahui,

Ketua Ujian


Sekretaris Ujian


Dr. Made Teguh, S.Pd., M.Pd
NIP. 198152001121001


Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons
NIP. 198208162008121002

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan


Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi
NIP. 195912311984031009

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Buku Panduan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meminimalisasi Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri 3 Singaraja” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan secara dengan cara-cara yang tidak sesuai dan etik yang berlaku dalam keilmuan. Dengan pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang diberikan kepada saya apabila nantinya ditemukan adanya kecurangan atas etika keilmuan dalam skripsi ilmu ini.



Singaraja, 19 Juli 2022

Yang membuat pernyataan

Komang Novi Wid Antariyani

1811011021

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, penelitian yang berjudul **“Pengembangan Buku Panduan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meminimalisasi Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri 3 Singaraja”** dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk meminimalisasi prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 3 Singaraja.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

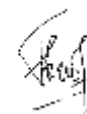
1. Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. Kons., selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu di sela-sela kesibukannya, penuh perhatian dalam membimbing, memberikan petunjuk dan masukan-masukan sehingga segala sesuatu yang berhubungan dengan penyusunan skripsi ini dapat berjalan sebagaimana mestinya. Semoga beliau selalu diberikan kesehatan lahir bathin serta umur yang panjang oleh Ida Sang Hyang Widhi Wasa.
2. Gede Nugraha Sudarsana, S.Psi., M.Pd., selaku Pembimbing II yang telah meluangkan banyak waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini dan telah memberikan kesempatan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga beliau selalu diberikan kesehatan lahir bathin serta umur yang panjang oleh Ida Sang Hyang Widhi Wasa.

3. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha atas fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan studi sesuai dengan rencana.
4. Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan atas motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi sesuai dengan rencana.
5. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan atas motivasi yang diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons., selaku Koordinator Program Studi Bimbingan Konseling atas motivasi yang diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada bapak dan ibu Dosen Bimbingan Konseling yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bimbingan selama mengikuti studi dan membantu memperlancar penyelesaian skripsi ini.
8. Drs. I Made Darwis Wibawa, MM. selaku Kepala SMK Negeri 3 Singaraja, beserta seluruh staf Guru, dan pegawai yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMK Negeri 3 Singaraja dan memberikan bantuan selama proses pelaksanaan penelitian hingga skripsi ini dan terselesaikan dengan baik.
9. I Nyoman Soniarta, S.Pd., dan Putu Wija Sundari, S.Pd., yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.

10. Siswa-siswi SMK Negeri 3 Singaraja yang telah berpartisipasi dan bekerjasama selama penelitian ini dilakukan.
11. Alm. Yoehana, Ibunda tercinta atas kasih sayang, dukungan, serta doa yang tulus sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Semoga amal beliau di terima di sisi-Nya.
12. Kakak tercinta Ni Kadek Dwi Andariyani beserta keluarga yang senantiasa mendukung hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
13. Kepada teman-teman penulis yang selalu mendukung dan memberikan motivasi untuk mengerjakan skripsi ini terima kasih banyak dan tetap semangat.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan dan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi perkembangan dunia pendidikan. Semoga penelitian ini dapat dipahami dan memberikan informasi yang berguna bagi yang membacanya.

Singaraja, 19 Juli 2022



Komang Novi Widi A.

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	i
ABSTRAK.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Pembatasan Masalah.....	9
1.4 Perumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	10
1.6 Spesifikasi Produk.....	10
1.7 Manfaat Penelitian.....	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
2.1 Kajian Teori.....	13
2.1.1 Prokrastinasi Akademik.....	13
2.1.2 Konseling Kelompok.....	26
2.1.3 Manajemen Diri (<i>Self Management</i>).....	35
2.2 Kajian Hasil Penelitian Yang Relevan.....	50
2.3 Kerangka Konsep Pengembangan.....	54
2.4 Perumusan Hipotesis.....	57
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	58
3.1 Rancangan Penelitian.....	58
3.2 Prosedur Penelitian.....	58
3.3 Subyek Penelitian.....	61
3.4 Variabel dan Definisi Penelitian.....	61
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	61
3.4.2 Definisi Variabel.....	61

3.5	Metode Pengumpulan Data dan Instrumentasi.....	63
3.5.1	Metode Pengumpulan Data.....	63
3.5.2	Instrumentasi.....	64
3.6	Metode Analisis Data.....	68
3.6.1	Analisis Validitas Instrumen.....	68
3.6.2	Uji Efektivitas.....	70
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		71
4.1	Rancang Bangun atau Konstruksi Buku Panduan Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Self Management</i> Untuk Meminimalisasi Prokrastinasi Akademik Siswa.....	71
4.1.1	Tahap <i>Define</i> (Pendefinisian).....	71
4.1.2	Tahap <i>Desain</i> (Perancangan).....	72
4.1.3	Tahap <i>Development</i> (Pengembangan).....	76
4.1.4	Tahap <i>Disseminate</i> (Penyebaran).....	77
4.2	Hasil Uji Efektivitas Panduan.....	85
4.3	Pembahasan Hasil Penelitian.....	88
4.4	Implikasi Penelitian.....	91
BAB V PENUTUP.....		92
5.1	Rangkuman.....	92
5.2	Kesimpulan.....	94
5.3	Saran.....	95

DAFTAR RUJUKAN

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Langkah-langkah Self Monitoring.....	41
Tabel 2 Prosedur Konseling Kelompok Teknik <i>Self Management</i>	44
Tabel 3 Panduan Observasi.....	61
Tabel 4 Kisi-kisi Penilaian Validitas Buku Panduan.....	62
Tabel 5 Kisi-kisi Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa.....	65
Tabel 6 Kategori Hasil Perhitungan CVI	67
Tabel 7 Penggambaran Produk Pengembangan.....	71
Tabel 8 Nama dan Kualifikasi Pakar.....	77
Tabel 9 Hasil Penilaian Pakar.....	77
Tabel 10 Hasil Perhitungan Indeks CVR.....	78
Tabel 11 Hasil Perhitungan CVR dan CVI.....	80
Tabel 12 Hasil Rekapitulasi Pre Test dan Post Test.....	83
Tabel 13 Uji Normalitas Data.....	85
Tabel 14 Uji Homogenitas.....	85
Tabel 15 Uji Hipotesis	86



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep Pengembangan	53
Gambar 2 Desain Produk.....	70



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	93
Lampiran 2 Surat Keterangan Sudah Penelitian.....	94
Lampiran 3 Hasil Uji Validasi Pakar Buku Panduan.....	95
Lampiran 4 Kuesioner Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa.....	115
Lampiran 5 Tabulasi Data Pre Test dan Post Test Siswa	118
Lampiran 6 Hasil Rekapitulasi Pre Test dan Post Test Siswa.....	120
Lampiran 7 Hasil Uji Efektivitas Menggunakan SPSS.....	121
Lampiran 8 Dokumentasi.....	122

