EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *BOOKLET* MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MENURUNKAN *PROKRASTINASI AKADEMIK* MAHASISWA STKIP ANDI MATAPPA

S K R I P S I

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP Andi Matappa

Oleh:

SRI SUFIRAH
917862010019

ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
STKIP ANDI MATAPPA
2021

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

LEMBAR PENGESAHAN

Judul: Efektivitas Penggunaan Media *Booklet* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Menurunkan *Prokrastinasi Akademik* Mahasiswa STKIP Andi Matappa

Atas nama saudara:

Nama	: Sri Sufirah
NPM	: 917862010019
Jurusan	: Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling

Setelah diperiksa/diteliti ulang, telah memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pangkaje'ne, 20 September 2021

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
MUH. ILHAM BAKHTIAR, S.Pd., M.Pd.	**A. AZTRI FITHRAYANI ALAM, SH., S.Pd., MH.**

Diketahui Oleh:

Ketua STKIP Andi Matappa	Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling
A. ZAM IMMAWAN ALAM, SH., MH.	**SALMIATI, S.P.d., M.Pd.**

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Andi Matappa, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada hari Senin, 06 Desember 2021

Disahkan Oleh:

Ketua STKIP Andi Matappa

A. ZAM IMMAWAN ALAM, SH., MH.

Dengan Susunan Panitia Ujian sebagai berikut:

Ketua : MUH. ILHAM BAKHTIAR, S.Pd., M.Pd. (.....)

Sekretaris : A. AZTRI FITHRAYANI ALAM, SH., S.Pd., M.H. (.....)

Penguji : 1. SALMIATI, S.Pd., M.Pd. (.....)

2. PUTRA JAYA, S.Pd., M.Pd. (.....)

Pembimbing : 1. MUH. ILHAM BAKHTIAR, S.Pd., M.Pd. (.....)

2. A. AZTRI FITHRAYANI ALAM, SH., S.Pd., M.H. (.....)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

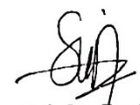
Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Sri Sufirah
NPM	: 917862010019
Jurusan/Program Studi	: Ilmu Pendidikan/Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi	: Efektivitas Penggunaan Media *Booklet* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Menurunkan *Prokrastinasi Akademik* Mahasiswa STKIP Andi Matappa

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan karya saya sendiri dan segala sesuatunya dikemudian hari adalah tanggung jawab saya sendiri. Apabila dikemudian hari ternyata isi skripsi ini, baik sebahagian maupun seluruhnya hasil tiruan atau duplikat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlaku.

Pangkaje'ne, 20 September 2021

Yang membuat pernyataan.



Sri Sufirah

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

MOTTO

“Kita tidak tau mana amal yang akan membawa kita ke surga, dan mana dosa yang akan menyeburkan kita ke neraka. In ahsantum, ahsantum lianfusikum. Jika kamu berbuat baik, itu artinya kamu berbuat baik pada dirimu sendiri. Wa in asa’tum fa lahaa. Dan jika kamu berbuat jahat, maka kejahatan itu bagi dirimu sendiri. Perbuatan baik atau buruk yang kita lakukan,
akan berbalik ke diri kita masing-masing.”

(SS)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

ABSTRAK

SRI SUFIRAH, **2021**. Efektivitas Penggunaan Media *Booklet* melalui Layanan Bimbingan Klasikal untuk Menurunkan *Prokrastinasi Akademik* Mahasiswa STKIP Andi Matappa. Skripsi. Dibimbing oleh Muh. Ilham Bakhtiar dan A. Aztri Fithrayani Alam, Program Studi Bimbingan dan Konseling STKIP Andi Matappa.

Penelitian ini menelaah Efektifitas Penggunaan Media *Booklet* melalui Layanan Bimbingan Klasikal untuk Menurunkan *Prokrastinasi Akademik* Mahasiswa STKIP Andi Matappa. Masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimana gambaran pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa? (2) Apakah penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal efektif untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa? Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui: (1) gambaran pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa, (2) penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal efektif untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan bentuk one grup pre-test dan post-test terhadap 18 sampel penelitian yang merupakan mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2017 STKIP Andi Matappa. Teknik pengumpulan data yang digunkan yaitu angket dan observasi. Adapun teknik analisis data yang digunkan untuk membuktikan hipotesis adalah uji Wilcoxon's Signed Rank Test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal memberikan pengaruh yang positif dalam menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa, yang terlihat dari aspek-spek yang diobservasi pada saat penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal yang mengalami peningkatan pada setiap pertemuan. Peningkatan keaktifan pada setiap pertemuan mengindikasikan bahwa mahasiswa menerima penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal. (2) Penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal efektif untuk menurunkan p*rokrastinasi akademik* STKIP Andi Matappa.

Kata Kunci: Penggunaan Media *Booklet* melalui Layanan Bimbingan Klasikal *Prokrastinasi Akademik*

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....i

HALAMAN JUDUL.....ii

LEMBAR PENGESAHAN.....iii

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....iv

MOTTO.....v

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....vi

ABSTRAK.....vii

KATA PENGANTAR.....viii

DAFTAR ISI.....x

DAFTAR TABEL.....xii

DAFTAR GAMBAR.....xiii

DAFTAR LAMPIRAN.....xiv

BAB I PENDAHULUAN.....1

A. Latar Belakang Masalah.....1

B. Rumusan Penelitian.....7

C. Tujuan Penelitian.....7

D. Manfaat Penelitian.....7

BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, HIPOTESIS.....9

A. Bimbingan Klasikal.....9

B. *Booklet*.....14

C. Media *Booklet* melalui Layanan Bimbingan Klasikal.....23

D. *Prokrastinasi Akademik*.....25

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

E. Kerangka Pikir.....34
F. Hipotesis Penelitian.....37
BAB III METODE PENELITIAN.....38
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....38
B. Variabel dan Desain Penelitian.....38
C. Definisi Operasional Variabel.....40
D. Lokasi dan Waktu Penelitian.....41
E. Populasi dan Sampel.....42
F. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data.....43
G. Teknik Analisis Data.....49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....51
A. Hasil Penelitian.....51
B. Pembahasan.....63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....69
A. Kesimpulan.....69
B. Saran.....69
DAFTAR PUSTAKA.....71
Lampiran-Lampiran.....76

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

DAFTAR TABEL

Nomor **Judul**

Halaman

3.1 Populasi Penelitian.....42

3.2 Sampel Penelitian.....43

3.3 Kriteria Hasil Penentuan Hasil Observasi.....44

3.4 Skor Alternatif Pilihan.....45

3.5 Kriteria Gambaran Umum Variabel.....46

3.6 Pedoman Interpretasi Koefisien Alfa Cronbach's.....48

3.7 Hasil Uji Reliabilitas Angket Uji Coba 49

4.1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian.....52

4.2 Hasil Analisis Angket Pre-test.....56

4.3 Hasil Analisis Angket Post-test.....57

4.4 Perbandingan Hasil Analisis Angket Pre-test dan Post-test.....58

4.5 Rekapitulasi Distribusi Frekuensi Nilai Angket Pre-Test dan Post-test.59

4.6 Rekapitulasi Hasil Analisis Observasi.....59

4.7 Hasil Analisis Uji *Wilcoxon* Signed Rank Test.....62

4.8 Hasil Statistik Uji *Wilcoxon* Signed Rank Test.....62

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

DAFTAR GAMBAR

Nomor **Judul**

Halaman

2.1 Kerangka Pikir.....36

3.1 Variabel Penelitian.....39

3. 2 Desain jenis penelitian One-Group Pretest-Posttest Design.....40

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor **Judul**

Halaman

1. Angket *Prokrastinasi Akademik* (Uji Coba).....77
2. Tabel Hasil Angket Uji Coba.....79
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabiitas.....80
4. Angket *Prokrastinasi Akademik* (Pre-Test).....82
5. Tabel Hasil Angket Pre-Test.....84
6. Hasil Analisis Angket Pre-Test.....85
7. Panduan Umum Pelaksanaan Eksperimen.....86
8. Skenario Pelaksanaan Layanan Bimbingan Klasikal.....91
9. RPL Bimbingan Klasikal.....92
10. Media *Booklet*.....95
11. Tabel Hasil Observasi.....115
12. Tabel Rekapitulasi Hasil Observasi.....118
13. Angket *Prokrastinasi Akademik* (Post-test).....119
14. Tabel Hasil Angket Post-Test.....121
15. Hasil Analisis Angket Post-Test.....122
16. Perbandingan Hasil Analisis Angket Pre-Test dan Post-Test.....123
17. Tabel Rekapitulasi Hasil Angket Mahasiswa.....124
18. Hasil Uji *Wilcoxon* Signed Rank Test.....125
19. Tabel Z.....126

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

20. Surat Pengajuan Judul.....127
21. Surat Penunjukan Pembimbing.....128
22. Kartu Kontrol.....129
23. Surat Keterangan Perbaikan Seminar Proposal.....130
24. Surat Keterangan Validasi Instrumen.....131
25. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....132
26. Surat Keterangan Perbaikan Ujian Hasil Penelitian.....133
27. Dokumentasi Penelitian.....134

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Berbagai masalah di era modern, menuntut mahasiswa untuk lebih cerdas dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Kekompleksan masalah di era modern ini memang sulit untuk dikendalikan. Ia melaju dengan kecepatan maha dahsyat dan selalu menimbulkan masalah psikologi, moral, mental, *mindset*, dan sosial yang super cepat. Lambat dalam mengantisipasi masalah, maka akan berdampak pada diri individu serta lingkungannya.

Dalam perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dalam melaksanakan tugasnya yaitu belajar secara optimal sesuai tuntutan yang dihadapi. Untuk memenuhi tuntutan-tuntutan tersebut, maka mahasiswa harus melakukan tugas-tugas belajarnya secara tepat. Namun dalam kenyataannya, masih banyak mahasiswa yang mempunyai masalah dalam belajarnya. Salah satu masalah belajar yang dialami oleh mahasiswa sekarang ini yaitu suka menunda-nunda pekerjaan seperti menunda-nunda membuat tugas yang diberikan oleh dosen sehingga tugas tidak dikumpulkan pada waktu yang telah disepakati atau bahkan tidak mengerjakan tugas yang telah diberikan. Penundaan dalam mengerjakan tugas ini disebut dengan istilah *prokrastinasi akademik*. Dalam penelitian Jatikusumo, (2014, p. 6), ditemukan bahwa lebih dari 50% mahasiswa terbukti melakukan *prokrastinasi akademik* tinggi dan hanya 34.38% mahasiswa berada pada tingkat *prokrastinasi* rendah.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Ghufron & Risnawita (2017, p. 155) mengemukakan bahwa *prokrastinasi akademik* didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Hal ini sejalan dengan pendapat Schraw, Wadkins & Olafson (Ermida & Florentina, 2012, p. 40), bahwa munculnya *prokrastinasi akademik* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor pemikiran-pemikiran yang irrasional, 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 salah satu penyebab munculnya perilaku *prokrastinasi*, misalnya: memilih jalan-jalan bersama teman di mall atau menonton film daripada belajar sesuai dengan jadwal yang telah dibuatnya. Hal ini dipengaruhi oleh motivasi belajar eksternal dan internal yang rendah pada mahasiswa.

Jika seseorang, dalam hal ini mahasiswa mempunyai kesulitan untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang dihadapi, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan segala sesuatu dengan berlebihan, gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan, maka dapat dikatakan sebagai ciri-ciri orang yang melakukan *prokrastinasi akademik* (Ghufron dan Risnawita, 2017, p. 158-159). Individu yang melakukan *prokrastinasi* disebut sebagai *prokrastinator*.

Prokrastinator beranggapan bahwa masih banyak waktu yang tersedia untuk mengumpulkan tugas yang diberikan, sehingga tugas yang seharusnya

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

dikerjakan, ditunda pengerjaannya dengan alasan masih bisa dikerjakan dilain waktu atau bahkan keesokan harinya. Kerugian yang diakibatkan dari *prokrastinasi akademik* adalah tugas tidak terselesaikan atau terselesaikan namun hasilnya tidak maksimal karena sudah *deadline*, menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan cenderung tinggi karena mahasiswa mengerjakan dalam waktu yang relatif singkat. Selain itu, mahasiswa yang melakukan *prokrastinasi akademik* juga akan sulit berkonsentrasi karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar menjadi rendah, tidak percaya diri, mengganggu pencapaian akademis, serta mengganggu kualitas hidup.

Berdasarkan observasi awal di STKIP Andi Matappa, ditemukan mahasiswa yang terindikasi mengalami *prokrastinasi akademik*. Hal ini terlihat dari adanya ciri-ciri berupa mahasiswa terlambat mengumpulkan tugas, menunda-nunda mengerjakan tugas, lebih senang bermain dengan teman daripada mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen, cemas pada saat belum mengumpulkan tugas, dan tidak yakin terhadap kemampuan dirinya.

Fenomena *prokrastinasi akademik* dikalangan pelajar sudah menjadi rahasia umum yang terjadi, walaupun istilah *prokrastinasi akademik* sendiri kurang dikenal oleh masyarakat umum namun tindakan atau perilaku yang mengindikasikan *prokrastinasi akademik* nampak terlihat. Sampai saat ini, fenoma *prokrastinasi akademik* tak kunjung putus dari generasi ke generasi. Padahal tugas yang terbengkalai dan penyelesaian tugas yang tidak maksimal bisa berpotensi mengakibatkan kegagalan atau bahkan terhambatnya mahasiswa dalam meraih kesuksesan. Hal ini sangat ironis mengingat salah satu aspek perkembangan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Dengan begitu, penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal dapat menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa".

B. Rumusan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana gambaran pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa?
2. Apakah penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal efektif untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

2. Untuk mengetahui efektivitas penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi atau bahan kajian dalam menambah pengetahuan bagi pembaca dan khususnya bagi mahasiswa yang berkecimpung dalam bidang bimbingan konseling mengenai keefektifan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa, diharapkan dapat menurunkan *prokrastinasi akademik* yang dilakukan sehingga dapat membantu mengatasi masalah yang dihadapi selama proses kegiatan belajar mengajar serta dapat meningkatkan tanggung jawab mahasiswa terhadap tugas-tugas akademik.

b. Manfaat bagi Kampus

Bagi kampus, diharapkan dapat menjadi sebuah referensi terkait pelaksanaan bimbingan dan konseling di kampus.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

BAB II
KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, HIPOTESIS

A. Bimbingan Klasikal

1. Pengertian Bimbingan Klasikal

Makhrifah & Nuryono (2014, p. 1) menyatakan bahwa bimbingan klasikal merupakan suatu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa oleh guru bimbingan & konseling (Guru BK) atau konselor kepada sejumlah siswa dalam satuan kelas yang dilaksanakan di dalam kelas. Menurut Nurihsan, dkk, (2013, p. 34), "Bimbingan klasikal merupakan layanan dasar bimbingan untuk membantu seluruh siswa mengembangkan perilaku efektif dan keterampilan hidupnya yang mengacu kepada tugas perkembangan siswa, dan layanan ini ditujukan untuk seluruh siswa".

Menurut Santoso (2011, p. 139) "Bimbingan kelas (klasikal) adalah program yang dirancang menuntut konselor untuk melakukan kontak langsung dengan para siswa di dalam kelas". Menurut permendikbud nomor 111 tahun 2014, bimbingan klasikal merupakan layanan yang dilakukan dengan tatap muka secara rutin, dilakukan dengan *setting* kelas, dan diberikan kepada setiap siswa bidang bimbingan yang diberikan yakni pribadi, sosial, belajar dan karir (Kemendikbud, 2014). Menurut Panduan Operasional Penyelengaraan Bimbingan dan Konseling SMA Kementrian Pendidikan dan Kebudayan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan (2016):

> "Bimbingan Klasikal merupakan kegiatan layanan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/konseli dalam satu rombongan belajar dan dilaksanakan di kelas dalam bentuk tatap muka antara guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan peserta didik/konseli. Bimbingan klasikal merupakan salah satu strategi layanan dasar serta layanan peminatan dan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

> perencanaan individual pada komponen program bimbingan dan konseling. Bimbingan klasikal diberikan kepada semua peserta didik/konseli dan bersifat pengembangan, pencegahan, dan pemeliharaan" (p. 62).

Dari beberapa pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal merupakan kegiatan bimbingan yang dilakukan antara konselor dan individu dalam satu kelas yang membahas topik-topik mengenai bidang pribadi, sosial, belajar dan karir yang bersifat pengembangan, pencegahan, dan pemeliharaan.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Klasikal

Menurut Makhrifah & Nuryono, (2014, p. 2), strategi layanan bimbingan klasikal sebagai salah satu strategi dalam pelayanan bimbingan dan konseling memiliki tujuan untuk meluncurkan aktivitas-aktivitas pelayanan yang mengembangkan potensi siswa atau mencapai tugas perkembangannya sehingga dapat mencapai tujuan pendidikan. Nurihsan, dkk (2013) menjelaskan bahwa:

> "Tujuan bimbingan memberikan arah agar individu dapat merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir, serta kehidupannya pada masa yang akan datang: mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan seoptimal mungkin; menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat, serta lingkungan kerjanya: dan mengatasi hambatan serta kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, ataupun lingkungan kerja" (p.8)

Menurut Winkel (2013, p. 136), "Tujuan dari bimbingan klasikal adalah membantu individu agar mampu menyesuaikan diri, mempengaruhi keputusan untuk hidupnya sendiri, mampu beradaptasi dalam kelompok, mampu menerima support atau memberikan support pada orang lain." Menurut Panduan Operasional Penyelengaraan Bimbingan dan Konseling SMA Kementrian Pendidikan dan Kebudayan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan (2016, p. 62),

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

tujuan dari layanan bimbingan kalsikal yaitu membantu peserta didik/konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya, perkembangan yang utuh dan optimal dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir serta mencapai keselarasan antara pikiran, perasaan, dan perilaku.

Dari beberapa pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari layanan bimbingan klasikal yaitu untuk membantu konseli dalam mencapai kemandirian dalam hidupnya serta dapat mencapai perkembangan yang optimal dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karirnya.

3. Fungsi Layanan Bimbingan Klasikal

Fungsi bimbingan klasikal lebih bersifat preventif dan berorientasi pada pengembangan pribadi siswa yang meliputi bidang pelajaran, bidang sosial, dan bidang karir (Winkel, 2013, 138). Fungsi layanan bimbingan klasikal menurut Nurihsan, dkk., (2013, p. 8) yaitu sebagai berikut:

a. Fungsi preventif atau pencegahan adalah fungsi bimbingan untuk menghindari diri dari terjadinya tingkah laku yang tidak diharapkan ataupun membahayakan dirinya dan orang lain.
b. Fungsi pemahaman adalah fungsi bimbingan untuk membantu individu agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya, mampu mengembangkan potensi diri secara optimal, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa fungsi dari layanan bimbingan klasikal yaitu fungsi preventif atau pencegahan dan fungsi pemahaman yang meliputi bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

4. Tahapan Layanan Bimbingan Klasikal

Tahapan-tahapan dalam bimbingan klasikal menurut Panduan Operasional Penyelengaraan Bimbingan dan Konseling SMA Kementrian Pendidikan dan Kebudayan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan (2016, p. 63) dijelaskan sebagai berikut:

a. Persiapan

1) Mengajukan jadwal masuk kelas 2 jam setiap kelas/minggu untuk ditetapkan pimpinan sekolah sesuai kalender akademik SMA.
2) Mempersiapkan topik materi bimbingan klasikal, yang dirumuskan berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD), masalah yang dihadapi peserta didik/konseli yang diakses menggunakan AUM atau DCM, dan instrumen lain yang relevan.
3) Menyusun rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan sistematika sebagaimana disajikan dalam format RPL.
4) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang akan diberikan.

b. Pelaksanaan

1) Melaksanakan layanan bimbingan klasikal sesuai jadwal dan materi yang telah dirancang.
2) Mendokumentasikan rencana pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.
3) Mencatat peristiwa dan atau hal-hal yang perlu perbaikan dan atau tindak lanjut setelah layanan bimbingan klasikal dilaksanakan.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

c. Pasca Bimbingan (Evaluasi)

1) Melakukan evaluasi proses layanan bimbingan klasikal.

2) Melakukan evaluasi hasil layanan bimbingan klasikal yang telah diberikan.

Tohirin (Rola, 2018, p. 32) mengemukakan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan klasikal, yaitu:

a. Tahap Pendahuluan. Sebelum melaksanakan layanan bimbingan klasikal, pembimbing harus bisa mengenali suasana terlebih dahulu. Agar layanan bimbingan klasikal dapat berjalan dengan baik dan lancar, maka pembimbing harus bisa mencairkan suasana dengan menyapa peserta didik terlebih dahulu.

b. Tahap Inti. Dalam kegiatan layanan bimbingan klasikal, pembimbing menjelaskan materi secara rinci yang diberikan kepada pesreta didik. Pembimbing dituntut untuk memahami dan menguasai keterampilan-keterampilan dalam pemberian layanan bimbingan klasikal, diantaranya keterampilan bertanya, memberikan penguatan, keterampilan memberikan variasi, keterampilan menjelaskan, dan keterampilan mengelola kelas.

c. Tahap Penutup. Sebelum kegiatan layanan bimbingan klasikal diakhiri, pembimbing hendaklah mengadakan tanya jawab kepada peserta didik untuk mengetahui sejauh mana peserta didik memperhatikan materi yang disampaikan, menyimpulkan materi yang telah dibahas, memberikan penguatan dan merencanakan tindak lanjut serta menutup kegiatan dengan simpatik (framming).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan klasikal ada tiga tahapan, yaitu tahap awal/pendahuluan, tahap inti, dan tahap penutup.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

a. Dampak Internal

Beberapa penyebab *prokrastinasi* muncul dari dalam diri *prokrastinator*. Saat *prokrastinator* tendensi tertentu akan suatu hal, tendensi tersebut tertanam dalam diri *prokrastinator*. Contohnya, *prokrastinator* memiliki perasaan takut gagal. Individu yang berfikir semua mata pelajaran sulit, maka individu tersebut akan berpikir takut gagal atau berbuat kesalahan dan memilih untuk menunda belajar atau mengerjakan tugas-tugasnya.

b. Dampak Eksternal

Jika seseorang tidak melakukan *prokrastinasi*, lingkungan dapat membuat orang tersebut melakukannya. Tugas yang kurang menyenangkan atau berlebihan, juga tugas yang kurang jelas, dapat membuat siapa saja ingin menunda melakukan tugas tersebut.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa dampak *prokrastinasi akademik* dibagi menjadi dua, yaitu dampak internal dan dampak eksternal. Dampak internal seperti perasaan bersalah kepada diri sendiri sehingga akan muncul rasa takut gagal dalam penyelesaian tugas, rasa bersalah, mengutuk diri, mengalami ketegangan, kepanikan, dan kecemasan dalam diri, dan dampak eksternal seperti membuat individu tidak dapat mengerjakan tugas dengan baik sehingga prestasi individu akan menurun, dan tingginya tingkat ketidakhadiran individu (bolos).

E. Kerangka Pikir

Menurut Sugiyono (2018, p. 91), kerangka berpikir merupakan sintesa tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang di

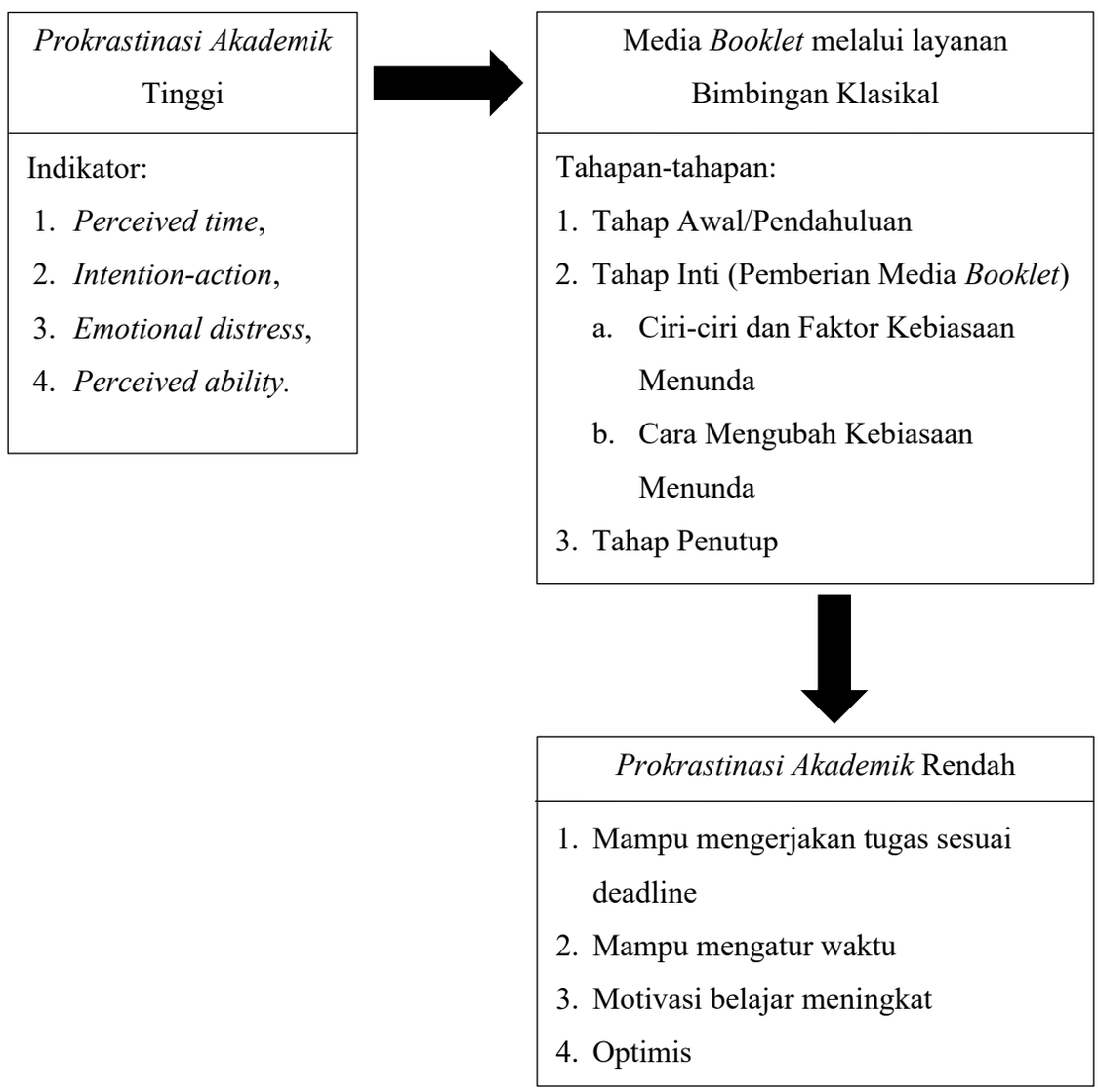
Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

deskripsikan. Penelitian ini menjelaskan tentang keefektifan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa. *Prokrastinasi akademik* mahasiswa yang tinggi ditandai dari indikator: 1) *Perceived time*, yaitu terjadinya kegagalan dalam menepati deadline, 2) *Intention action*, yaitu adanya kesenjangan antara rencana dan kemampuan, 3) *Emotional distress*, yaitu terjadi kecemasan saat sebelum atau melakukan *prokrastinasi akademik*, 4) *Perceived ability*, yaitu tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan.

Untuk mengatasi *prokrastinasi akademik* yang tinggi tersebut, maka diberikan suatu upaya untuk mengatasinya, yaitu dengan menggunakan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal. Media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal adalah suatu strategi dalam layanan bimbingan konseling dalam hal ini termasuk kedalam salah satu layanan dasar untuk memberikan bantuan atau bimbingan kepada individu melalui kegiatan dalam satu kelas/klasikal, yang membahas berbagai informasi dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir yang bersifat pengembangan, pencegahan, dan pemeliharaan individu dengan langkah-langkah kegiatan yaitu: 1) tahap awal/pendahuluan, 2) tahap inti, dan 3) tahap penutup. Sejalan dengan pendapat Bagaray (2016, p. 79), bahwa keunggulan dalam menggunakan media cetak seperti *booklet* yaitu dapat mencakup banyak orang, praktis dalam penggunaannya karena dapat dipakai di mana saja dan kapan saja, tidak memerlukan listrik, dan *booklet* tidak hanya berisi teks tetapi terdapat gambar sehingga dapat menimbulkan rasa keindahan serta meningkatkan pemahaman dan gairah dalam belajar. Selain itu, *booklet* termasuk media pembelajaran visual yang dapat meningkatkan pemahaman siswa melalui penglihatan sebesar 75-87%.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Dengan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal tersebut, maka peneliti dapat membekali mahasiswa dengan pengetahuan dan pemahaman tentang *prokrastinasi akademik* sehingga dapat menurunkan perilaku *prokrastinasi akademik* mahasiswa. Berikut akan digambarkan alur kerangka pikir dalam penelitian ini.



Gambar 2.1 Kerangka Pikir

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

F. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2018, p. 96), Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan 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 rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.

Berdasarkan kerangka pikir yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu: Penggunaan media *booklet* melaluil layanan bimbingan klasikal efektif untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Menurut Sugiyono (2018, p. 50), metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2018, p. 107), penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa metode eksperimen adalah metode penelitian yang didalamnya dibuat manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol yang bertujuan untuk menyelidiki ada atau tidaknya sebab-akibat dan hubungan antara sebab-akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan (*treatments*) tertentu.

B. Variabel dan Desain Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sifat atau nilai dari orang, obyek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018, p. 61). Variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel, yaitu:

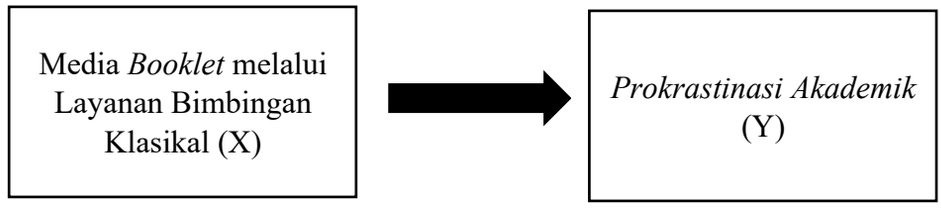
1. Variabel bebas (Independen)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat) (Sugiyono, 2018, p. 61). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal (X).

2. Variabel terikat (Dependen)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2018, p. 61). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *prokrastinasi akademik* (Y).

Sehingga, dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 Variabel Penelitian

2. Desain Penelitian

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian *Pre-Experimental Design*. Bentuk desain eksperimen ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol, dan sampel tidak dipilih secara random. (Sugiyono, 2018, p. 109).

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Bentuk desain *pre-experimental design* dalam penelitian ini yaitu *One-Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan, sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat. (Sugiyono, 2018, p. 110). Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

$$\mathbf{O_1 \times O_2}$$

Gambar 3.2 Desain jenis penelitian One-Group Pretest-Posttest Design

Keterangan:

O_1	:	Pemberian pre-test untuk mengukur perilaku *prokrastinasi akademik* mahasiswa sebelum diberikan perlakuan dengan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal.
O_2	:	Pemberian post-test untuk mengukur perilaku *prokrastinasi akademik* mahasiswa setelah diberikan perlakuan dengan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal.
X	:	Pemberian perlakuan dengan menggunakan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* (Sugiyono, 2018, p. 111).

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional variabel dibuat untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian.

1. Media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal adalah suatu strategi dalam layanan bimbingan konseling dalam hal ini termasuk kedalam salah satu layanan dasar untuk memberikan bantuan atau bimbingan kepada individu melalui kegiatan dalam satu kelas/klasikal, yang membahas berbagai informasi dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir yang bersifat pengembangan,

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

pencegahan, dan pemeliharaan individu dengan langkah-langkah kegiatan yaitu: 1) tahap awal/pendahuluan, 2) tahap inti, dan 3) tahap penutup.

2. *Prokrastinasi Akademik* adalah suatu perilaku menunda-nunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang sehingga mengakibatkan dampak negatif kepada individu seperti stress, rendah diri, dan prestasi menjadi rendah, dengan indikator: 1) *Perceived time*, yaitu terjadinya kegagalan dalam menepati deadline, 2) *Intention action*, yaitu adanya kesenjangan antara rencana dan kemampuan, 3) *Emotional distress*, yaitu terjadi kecemasan saat sebelum atau melakukan *prokrastinasi akademik*, 4) *Perceived ability*, yaitu tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan.

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi Penelitian yaitu di Jl. Lamaruddani, Kelurahan Tumampua, Kecamatan Pangkaje'ne, Kabupaten/Kota Pangkep, Sulawesi-Selatan yang bertempat di Kampus II STKIP Andi Matappa. Alasan peneliti melakukan penelitian di tempat ini dikarenakan lokasi yang strategis, dan berdasarkan observasi awal masih banyak mahasiswa di kampus ini yang terindikasi *prokrastinasi akademik*. Hal ini terlihat dari adanya ciri-ciri berupa mahasiswa terlambat mengumpulkan tugas, menunda-nunda mengerjakan tugas, lebih senang bermain dengan teman daripada mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen, cemas pada saat belum mengumpulkan tugas, dan tidak percaya terhadap kemampuan dirinya. Waktu Penelitian yaitu pada akhir bulan Agustus – awal bulan September.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2018, p. 117), "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya". Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh Mahasiswa Bimbingan Konseling STKIP Andi Matappa dengan jumlah 71 mahasiswa.

Tabel 3.1 Populasi Penelitian

No.	Mahasiswa Bimbingan Konseling STKIP Andi Matappa	Jenis Kelamin		Jumlah
		Laki-Laki	Perempuan	
1.	Angkatan 2017	8	10	18
2.	Angkatan 2018	3	5	8
3.	Angkatan 2019	3	18	21
4.	Angkatan 2020	10	14	24
Jumlah Seluruh Populasi				**71**

Sumber: Data STKIP Andi Matappa Tahun 2020/2021

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018, p. 118). Jadi, sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel, untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono, 2018, p. 118). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* (pengambilan sampel berdasarkan tujuan). Kriteria yang dibutuhkan dalam menentukan sampel yaitu mahasiswa yang terindikasi memiliki perilaku *prokrastinasi akademik* tinggi berdasarkan hasil observasi awal yaitu dengan kriteria sebagai berikut:

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Pelaksanaan Penggunaan Media *Booklet* Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Menurunkan *Prokrastinasi Akademik* Mahasiswa STKIP Andi Matappa

Media *booklet* yang diberikan kepada mahasiswa yang menjadi sampel penelitian sebanyak 18 mahasiswa yaitu *booklet* "Mengubah Kebiasaan Menunda, Mengubah Hidup". *Booklet* yang dibuat disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa dengan memperhatikan prinsip-prinsip dalam pembuatannya, yaitu harus memuat unsur VISUALS (*Visible, Interesting, Simple, Useful, Accourate, Legitimate, Structured*). Penyusunan *booklet* "Mengubah Kebiasaan Menunda, Mengubah Hidup" dilatarbelakangi adanya keprihatinan atas maraknya fenomena kebiasaan menunda tugas dikalangan pelajar yang dapat berpengaruh terhadap menurunnya prestasi belajar. Selain berdampak pada nilai akademis, kebiasaan menunda juga berdampak pada kondisi psikis, seperti munculnya rasa takut, cemas, stress, dan lain-lain.

Kebiasaan menunda akan menjadi masalah serius jika menjadi strategi yang sama bagi setiap pelajar dalam mengerjakan tugas. Oleh karena itu, *booklet* "Mengubah Kebiasaan Menunda, Mengubah Hidup" akan memuat informasi tentang ciri-ciri, faktor penyebab, dan bagaimana cara mengubah kebiasaan menunda. Dilengkapi dengan tes penundaan dan perubahan arah, *booklet* tersebut membantu mahasiswa agar tidak lelah dan tidak berhenti menjadi lebih baik.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Berikut adalah jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian di STKIP Andi Matappa.

Tabel 4.1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

No.	Hari/ Tanggal	Kegiatan Yang Dilaksanakan
1.	Sabtu/ 28 Agustus 2021	Menyebarkan angket pre-test kepada sampel penelitian
2.	Senin, 30 Agustus 2021	Pertemuan I dengan memberikan materi ciri-ciri dan faktor penyebab kebiasaan menunda
3.	Rabu/ 1 September 2021	Pertemuan II dengan memberikan materi cara mengubah kebiasaan menunda
4.	Jum'at/ 3 September 2021	Pertemuan III dengan memberikan materi cara mengubah kebiasaan menunda
5.	Sabtu/ 4 September 2021	Menyebarkan angket post-test kepada sampel penelitian

Sumber: Lampiran 7

Berdasarkan tabel jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian, langkah-langkah yang digunakan peneliti dalam penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa dijabarkan sebagai berikut:

a. Pre-test

Penyebaran angket pre-test dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 28 Agustus 2021. Mahasiswa yang menjadi sampel penelitian yaitu sebanyak 18 orang. Tujuan dari pelaksanaan pre-test yaitu untuk mengetahui tingkat *prokrastinasi akademik* mahasiswa sebelum diberikan perlakuan (*treatments*) dalam hal ini penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal. Peneliti kemudian menjelaskan tujuan serta langkah-langkah kegiatan pre-test.

b. Pengunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal

Adapun gambaran pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

STKIP Andi Matappa berdasarkan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yaitu sebagai berikut:

1) Pertemuan I

Hari, tanggal : Senin, 30 Agustus 2021

Waktu : 1 x 45 menit

Materi layanan : Ciri-ciri dan Faktor Penyebab Kebiasaan Menunda

Tempat Layanan : Ruang Kelas

Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal menggunakan media *booklet* pada pertemuan I diawali dengan salam dan doa. Pemateri kemudian menyampaikan tujuan serta asas layanan bimbingan klasikal. Selanjutnya peneliti melakukan *ice breaking* agar mahasiswa tidak tegang dan rileks dalam proses pemberian layanan, serta menjelaskan langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan. Kemudian pemateri membagikan *booklet* "Mengubah Kebiasaan Menunda, Mengubah Hidup" kepada mahasiswa. Mahasiswa diarahkan untuk membaca *booklet* pada bab 1 saja, dikarenakan bab selanjutnya akan dibahas pada pertemuan berikutnya. Topik yang akan dibahas yaitu mengenai ciri-ciri dan faktor penyebab kebiasaan menunda. Sebelum membaca materi bab 1 pada *booklet* yang telah dibagikan, pemateri memberikan tes penundaan yang ada di awal bab 1 dalam *booklet* tersebut, sehingga mahasiswa dapat mengetahui tipe penunda seperti apa yang melekat pada dirinya serta seberapa buruk kebiasaan menundanya.

Setelah mahasiswa mengisi tes penundaan yang ada di awal bab 1 tersebut, maka pemateri kemudian mempersilahkan mahasiswa untuk membaca isi dari *booklet* tersebut. Kemudian setelah membaca isi dari *booklet* tersebut, maka

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

dilakukan diskusi tentang topik yang dibahas. Pada pertemuan ini mahasiswa masih kurang aktif bahkan masih malu-malu untuk memberikan pendapatnya terkait permasalahan yang sedang dibahas. Pada tahap akhir, pemateri memberikan penguatan dan merencanakan tindak lanjut serta menutup kegiatan dengan simpatik dan doa.

2) Pertemuan II

Hari, tanggal : Rabu, 1 September 2021

Waktu : 1 x 45 menit

Materi layanan : Cara Mengubah Kebiasaan Menunda

Tempat Layanan : Ruang Kelas

Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal menggunakan media *booklet* pada pertemuan II diawali dengan salam dan doa. Pemateri mereview sedikit tentang pertemuan yang dilaksanakan sebelumnya mengenai ciri-ciri dan faktor penyebab kebiasaan menunda. Selanjutnya pemateri kemudian memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilaksanakan pada pertemuan II ini dengan membahas bab 2 pada *booklet* yang dibagikan pada pertemuan sebelumnya. Pada pertemuan ini topik yang dibahas yaitu cara mengubah kebiasaan menunda. Mahasiswa terlihat mulai antusias dengan adanya kegiatan ini. Pada tahap akhir, pemateri memberikan penguatan dan merencanakan tindak lanjut serta menutup kegiatan dengan simpatik dan doa.

3) Pertemuan III

Hari, tanggal : Jum’at, 3 September 2021

Waktu : 1 x 45 menit

Materi layanan : Cara Mengubah Kebiasaan Menunda

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Tempat Layanan : Ruang Kelas

Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal menggunakan media *booklet* pada pertemuan III diawali dengan salam dan doa. Pemateri mereview sedikit tentang pertemuan yang dilaksanakan sebelumnya. Selanjutnya Pemateri kemudian memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilaksanakan pada pertemuan III ini dengan membahas lanjutan dari bab 2 pada *booklet* yang dibagikan pada pertemuan sebelumnya. Mahasiswa terlihat lebih antusias dan aktif dalam berdiskusi tentang bagaimana cara memecahkan masalahnya.

Pemateri memberikan perubahan arah yang ada di akhir bab 2 dalam *booklet* tersebut, dimana mahasiswa diminta untuk mengemukakan alasan mengapa mereka ingin mengubah kebiasaan menunda yang ada dalam dirinya. Pada tahap akhir, pemateri memberikan penguatan dan merencanakan tindak lanjut serta menutup kegiatan dengan simpatik dan doa.

Penggunaan Media *Booklet* melalui Layanan Bimbingan Klasikal membawa pengaruh positif terhadap perilaku *prokrastinasi akademik* yang dialami oleh mahasiswa. Setelah pemberian perlakuan (*treatments*), mahasiswa mengetahui faktor penyebab mereka mengalami *prokrastinasi akademik* dan bagaimana cara menanggulanginya. Selama pemberian perlakuan (*treatments*), mahasiswa antusias mengikuti pemberian layanan bimbingan klasikal menggunakan media *booklet*, hal ini ditampakkan dari hasil pengamatan (observasi) dimana mahasiswa memahami langkah-langkah kegiatan bimbingan klasikal, aktif membaca *booklet* yang diberikan, kreatif menyusun pertanyaan yang akan diberikan, saling menghargai pendapat temannya, tertib mengikuti diskusi, berargumentasi mempertahankan pendapatnya masing-masing, layanan terselenggara secara menyenangkan serta

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Efektivitas Penggunaan Media *Booklet* melalui Layanan Bimbingan Klasikal untuk Menurunkan *Prokrastinasi Akademik* Mahasiswa STKIP Andi Matappa", maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran pelaksanaan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal memberikan pengaruh yang positif dalam menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa, yang terlihat dari aspek-spek yang diobservasi pada saat penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal yang mengalami peningkatan pada setiap pertemuan. Peningkatan keaktifan pada setiap pertemuan mengindikasikan bahwa mahasiswa menerima penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal.
2. Berdasarkan hasil perhitungan uji *Wilcoxon* Signed Rank Test terdapat perbedaan antara hasil analisis angket pre-test dan post-test *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa, sehingga disimpulkan bahwa "Penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal efektif untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa STKIP Andi Matappa".

B. Saran

Sehubungan dengan kesimpulan penelitian, maka diajukan saran-saran sebagai berikut:

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

1. Bagi Akademisi

   Hendaknya dapat menjadikan sebuah referensi terkait pelaksanaan bimbingan dan konseling dalam melaksanakan kegiatan penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa.

2. Bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling

   Hendaknya dapat menjadi bahan masukan yang konstruktif dalam rangka peningkatan pelayanan yang tepat bagi konseli dalam penggunaan media *booklet* melalui layanan bimbingan klasikal untuk menurunkan *prokrastinasi akademik* mahasiswa.

3. Bagi Mahasiswa

   Hendaknya dapat mengurangi *prokrastinasi akademik* yang dilakukan sehingga dapat meningkatkan tanggung jawab sebagai mahasiswa terhadap tugas-tugas akademik yang dimiliki.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

DAFTAR PUSTAKA

Arsyad, A. (2010). *Media Pembelajaran*. PT Raja Grafindo Persada.

Bagaray F. E. K. (2016). Efektivitas DHE Dengan Media Booklet dan Media Flip Chart Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Siswa SDN 126 Manado. *Jurnal E-Gigi.* 4(2), 76-82. https://ejornal.unsrat.ac.id/index.php/egigi/article/view/13487.

Cooper & Schindler. (2014). *Business Research Methods*. McGraw-Hill.

Darmoko. (2013). *Pengaruh Media Buklet terhadap Peningkatan Pengetahuan Petani*. http://darmokoajalah.blogspot.co.id/2013/03/skripsi-pengaruh-media-buklet-terhadap.html.

Erlangga. (2017). Efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik self angemnet untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. *Skripsi* (Online). Lampung: IAIN Raden Intan Lampung. http://repository.radenintan.ac.id/id.eprint/577.

Ermida & Florentina. (2012). Pelatihan SAT (Self Regulation, Assertiveness, Time Management) dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 1(1) 39-47. http://journal.wima.ac.id/index.php/experientia/article/download/51/49/&prev=search.

Esmaeili, N., & Monadi, M. (2016). Identifying the Causes of Academic Procrastination from the Perspective of Male Middle School Male Students. *International Journal of Humanities and Cultural Studies* (IJHCS), 2464-2487.

Farkhana, dkk. (2017). Penggunaan Model Think Talk Write (TTW) dengan Media Booklet pada Hasil Belajar Siswa Materi Invertebrata di SMA Negeri 2 Ungaran. *Journal of Biology Education*. Vol 5 (1), 61. https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujbe/article/view/14056/7683.

Febriani, dkk. (2017). Konseling Kelompok Behavioral dengan Teknik Asertif untuk Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di MTs Negeri 1 Kendari. *Jurnal Bening*. 1 (2), 86-101. http://pjs.uho.ac.id/index.php/bening/article/downloadSuppfile/10529/1039.

Freeman, Erin K., et al. (2011). *Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks*. 30 (4), 375-382.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

https://www.researchgate.net/publication/257771896_Extraversion_and_Arousal_Procrastination_Waiting_for_the_Kicks.

French. (2011). *How to Write Succesful How to Booklet*. The Endless Bookcase.

Gemilang, R & Christiana, E. (2018). Pengembangan Booklet Sebagai Media Layanan Informasi untuk Pemahaman Gaya Hidup Hedonisme Siswa Kelas XI di SMAN 3 Sidoarjo. *Pengembangan Booklet sebagai Media Layanan Informasi*. 4-9. https://media.neliti.com/media/publications/252745-pengembangan-booklet-sebagai-media-layan-22c6fa3f.pdf.

Ghufron. M. N., & Risnawita, R. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.

Hapsari, C. M. (2013). Efektivitas Komunikasi Media Booklet "Anak Alami" Sebagai Media Penyampai Pesan Gentle Birthing Service. *Jurnal E-Komunikasi*. 1(3), 264-275. http://publication.petra.ac.id/index.php/ilmu-komunikasi/article/view/940.

Imtihana, dkk. (2014). Pengembangan Buklet Berbasis Penelitian Sebagai Sumber Belajar Materi Pencearan Lingkungan di SMA. *Unnes Journal of Biology Education*. Vol. 3 (2), 187. https://journal.unnes.ac.id/artikel_sju/ujbe/4459.

Jatikusumo, M. R. (2018). Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2016). *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.

Kemetrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.

Makhrifah & Nuryono. (2014). Pengembangan paket peminatan dalam layanan bimbingan klasikal untuk siswa di SMP. *Jurnal BK*. 4(3), 1-8. http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/viewFile/9031.

Nurihsan, A. J., dkk. (2013). *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Refika Aditama.

Nurfathiyah, Pera. (2014). Pengaruh Penggunaan Ilustrasi dan Bahasa pada Media Buklet terhadap Peningkatan Pengetahuan Petani di Kabupaten Muara Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Sains.* 16 (1). Universitas Seri Jambi. Jambi.

Permendikbud RI No. 111 tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Sekolah Menengah Atas.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Pralisaputri, dkk. (2016). Pengembangan Media Booklet Berbasis SETS pada Materi Pokok Mitigasi dan Adaptasi Bencana Alam untuk Kelas X SMA. *Jurnal GeoCeo*. Vol 2 (2), 151. https://jurnal.uns.ac.id/GeoEco/article/view/8930.

Rahmawati, M. (2011). Pengurangan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Bahasa Inggris Melalui Kelompok Belajar pada Siswa Kelas X MA Ali Maksum Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.

Rola. (2018). Pengaruh Layanna Bimbingan Klasikal Bidang Pengembangan Karir Terhadap Kemandirian Pengambilan Keputusan Karirsiswa Kelas XI SMAN 1 Koto Singkarak Tahun Ajaran 2017/208. *Skripsi*. IAIN Batusangkar.

Safitri & Fitranti. 2016. Pengaruh Edukasi Gizi dengan Ceramah dan Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Remaja Overweight. *Ejournal Undip.* 5(4): 374-380. www.ejournal-sl.undip.ac.id.

Santoso. D. B. (2011). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Malang: Tanpa Penerbit.

Santoso, S. (2012). *Aplikasi SPSS pada Statistik Nonparametrik*. Alex Media Komputindo.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Surijah, E. A & Sia Tjundjing. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiouness. *Anima, Indonesian Psychological Journal.* 22(4), 352-374. https://www.researchgate.net/publication/275715751_Mahasiswa_Versus_Tugas_Prokrastinasi_Akademik_dan_Conscientiousness.

Sutoyo, A. (2014). *Pemahaman Individu*. Pustaka Belajar.

Tim Penyusun STKIP Andi Matappa. 2021. *Pedoman Penyusunan Penulisan Proposal Penelitian dan Skripsi*. STKIP Andi Matappa.

Tohirin. (2015). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. PT Radjagrafindo.

Widoyoko, E. P. (2014). *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Pustaka Belajar.

Winkel, WS, Sri Hastuti. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Yong, F.L. (2010). *A Study on the Assertiveness and Academic Procrastination of English and Communication Students at a Private University*. American Journal of Scientific Research, 9, 63-72.

Yustiana, E. (2015). Penggunaan Media Booklet Untuk Meningkatkan Pengetahuan Mitigasi Bencana Tanah Longsor Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kadangserang Kabupaten Pekalongan. *Under Graduates thesis*. Semarang: Universitas Semarang. http://lib.unnes.ac.id/21779/.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Lampiran 1. Angket *Prokrastinasi Akademik* (Uji Coba)

SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
(STKIP) ANDI MATAPPA
2021

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA *BOOKLET* MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MENURUNKAN *PROKRASTINASI AKADEMIK* MAHASISWA STKIP ANDI MATAPPA

Sehubungan dengan penelitian yang saya lakukan guna pemenuhan tugas akhir pendidikan maka perkenankanlah saya memohon kesediaan Anda meluangkan waktu untuk mengisi angket penelitian dan identitas pribadi yang sudah tersedia dalam skala penelitian.

Angket penelitan ini berisi beberapa pernyataan yang saya harapkan dapat diisi dengan sejujur-jujurnya, sesuai dengan kondisi yang Anda rasakan saat ini. Dalam hal ini semua pilihan adalah benar dan tidak ada jawaban salah.

Hasil dari angket penelitian akan dipergunakan untuk kepentingan akademik, sehingga semua informasi diri Anda akan terjamin kerahasiaannya. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya

SRI SUFIRAH

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

ANGKET *PROKRASTINASI AKADEMIK* (UJI COBA)

A. IDENTITAS

Nama :
NPM :
Jenis Kelamin :

B. PETUNJUK PENGISIAN

1. Tuliskan identitas diri anda terlebih dahulu dengan lengkap dan benar sebelum melangkah ke pernyataan.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaaan diri anda, dengan memberikan tanda *cheklist* (√) pada kolom yang telah disediakan dengan pilihan jawaban:
   SS = Sangat Sesuai
   S = Sesuai
   TS = Tidak Sesuai
   STS = Sangat Tidak Sesuai
3. Teliti kembali semua jawaban, jangan sampai ada yang belum terjawab.
4. Jika sudah selesai, kumpulkan kembali angket yang telah diisi.
5. Jawaban yang anda berikan tidak berpengaruh terhadap nilai atau kedudukan anda di kampus

C. CONTOH

Pernyataan	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
Saya tidak suka menunda suatu tugas		√		

*************SELAMAT MENGERJAKAN😊*************

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya terlambat mengumpulkan tugas yang diberikan oleh dosen				
2.	Saya membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen				
3.	Saya segera mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen agar cepat selesai				
4.	Saya memanfaatkan waktu luang untuk mengerjakan tugas sehingga dapat selesai dengan tepat waktu				
5.	Adanya media sosial membuat tugas saya terbengkalai				
6.	Saya menunda mengerjakan tugas karena malas mencari materi untuk dipelajari				
7.	Saya memilih untuk mengutamakan tugas akademik yang menjadi tanggung jawab saya meskipun harus melawan rasa malas untuk mengerjakannya				
8.	Saya mengerjakan tugas tanpa diperintah orang lain karena sudah menjadi tugas saya sebagai pelajar				
9.	Ketika mendapat giliran presentasi, saya memilih untuk tidak berangkat kuliah				
10.	Saya lebih memilih nongkrong dicafe daripada mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen				
11.	Saya mendahulukan mengerjakan tugas dari dosen daripada kegiatan lainnya				
12.	Saya membuat jadwal/catatan kecil untuk mengerjakan tugas agar dapat dikerjakan secara teratur dan selesai tepat waktu				
13.	Ketika tiba waktu yang saya rencanakan untuk mengerjakan tugas, saya sering tidak mengerjakan tugas tersebut				
14.	Saya sering meninggalkan tugas yang mulai saya kerjakan dengan pergi bermain bersama teman-teman saya.				
15.	Saya selalu memperhatikan waktu yang ditentukan untuk memulai mengerjakan tugas				
16.	Saya mengerjakan tugas dengan teratur				

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

17.	Saya segan untuk bertanya ke dosen atau teman jika ada tugas yang tidak saya pahami				
18.	Saya merasa cemas jika belum menemukan buku referensi yang disarankan oleh dosen				
19.	Kritikan dosen dan teman-teman membuat saya termotivasi untuk mengerjakan tugas lebih baik lagi				
20.	Mendapat teguran dari dosen jika terlambat mengumpulkan tugas adalah hal yang biasa bagi saya				
21.	Saya sering mengabaikan waktu yang sudah saya tentukan untuk mengerjakan tugas				
22.	Saya tetap tenang dan santai dalam mengerjakan tugas meskipun waktunya hampir mendekati batas pengumpulan				
23.	Saya merasa cemas saat mengerjakan tugas dengan sisa waktu yang sangat sedikit				
24.	Saya cenderung lamban dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen				
25.	Saya selalu tidak puas terhadap jawaban yang saya kerjakan pada saat ujian				
26.	Jika nilai saya jelek, saya minder untuk bergabung dengan teman-teman yang pintar				
27.	Saya merasa menguasai materi dengan baik, hal tersebut membuat saya optimis dalam mengerjakan tugas dan ujian yang diberikan oleh dosen				
28.	Ketika sesi diskusi didalam kelas, saya selalu berani mengungkapkan pendapat saya				
29.	Saya takut beradu argumen dengan teman saya ketika presentasi dalam kelas				
30.	Saya menyontek ketika mengerjakan soal ujian				
31.	Saya mempunyai keyakinan bahwa nantinya saya akan sukses dalam segala hal sehingga menjadikan saya rajin mengerjakan tugas dengan baik				
32.	Saya lebih memilih mengerjakan soal ujian dengan kemampuan saya sendiri daripada menyontek				

*****************TERIMA KASIH*****************

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

Lampiran 2. Tabel Hasil Angket Uji Coba

HASIL ANGKET UJI COBA

NO.		No. Item Angket																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	JMLH
No. Urut Mahasiswa	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	93
	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	3	3	95
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	95
	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	93
	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	4	3	4	4	3	1	4	3	3	4	3	4	2	3	99
	6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	96
	7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	95
	8	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	4	3	3	100
	9	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	83
	10	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	92
	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	95
	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	95
	13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	94
	14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	69
	15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	93
	16	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	90
	17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	94
	18	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	80

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ

RIWAYAT HIDUP



SRI SUFIRAH, lahir di Kabupaten Pangkep, Sulawesi Selatan pada tanggal 12 September 1998. Anak ketiga dari 5 bersaudara. Hasil genetik dari pasangan Erniati dan Munawir (Alm). Penulis memulai pendidikan dasar di SDN 18 Tumampua I pada tahun 2004 dan selesai pada tahun 2010, kemudian penulis melanjutkan pendidikan ke SMP Negeri 1 Pangkajene. Setelah tamat pada tahun 2013, penulis melanjutkan pendidikan ke SMA Negeri 1 Pangkajene dan menyelesaikan studi pada tahun 2016. Pada tahun 2017 penulis melanjutkan studi ke perguruan tinggi sebagai mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan (S-1), Program Studi Bimbingan dan Konseling, STKIP Andi Matappa, dan menamatkan pendidikannya pada tahun 2021.

Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif dibeberapa kegiatan lembaga kemahasiswaan seperti Badan Eksekutif Mahasiswa dan Paduan Suara Srikandi Andi Matappa.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/OqMYg1_bLjOwVU-i36CyEQ