**EFEKTIVITAS TEKNIK BIBLIOKONSELING UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI AKADEMIK SMP NEGERI 3**

**GALESONG SELATAN**

La Ode Hasrat

Bimbingan dan Konseling, PPs UNM

Email : hasrat laode@gmail.com

**Abstrack** The research examines the effectiveness of bibliocounseling techniques to reduce academic procrastination of the students at SMPN 3 South Galesong. The objectives of the research are to discover (1) the description of academic procrastination of the Students at SMPN 3 South Galesong before and after bibliocounseling techniques is given; (2) the effectiveness of bibliocounseling techniques to reduce academic procrastination of the student at SMPN 3 South Galesong. The research employed experimental approach (true experimental design) in a form of pretest-posttest control group design. The data collection techniques employed scale and observation. The data was analized by using qualitative deskriptive statistics, statistical inferential and *t-test*. The results of the research indicate that: (1) academic procrastination of the students at SMPN 3 South Galesong before bibliocounseling techniques is given to the experimental group is in hight category, while to control group is in the same category, high category. However, after the treatment, there is given, there is a change in students’ academic procrastination from hight academic procrastination to medium; whereas the students who are not given any treatment there is no change or still in hight category; (2) The implementation of bibliocounseling is effective to reduce academic procrastination of the students at SMPN 3 South Galesong. Meaning that the students who are given the bibliocounseling techniques treatment, their academic procrastination is reduced, compared to the students who are not given bibliocounseling techniques .

***Keywords :***Bibliocounseling Techniques, Academic Procrastination

**Abstrak** Penelitian ini mengkaji tentang efektivitas teknik bibliokonseling untuk mengurangi prokrastinasi akademik SMPN 3 Galesong Selatan. Tujuan penelitian adalah (1) Untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik SMPN 3 Galesong Selatan sebelum dan sesudah diberikan teknik biblikonseling. (2) Untuk mengetahui efektivitas teknik bibliokonseling dalam mengurangi prokraktinasi akademik SMPN 3 Galesong Selatan. Pendekatan dalam penelitian adalah pendekatan eksperimen (*true experimental design)* dalam bentuk *pretest-posttest control group design*. Teknik pengumpulan data: skala, dan observasi. Analisis data: analisis statistik deskriptif kualitatif, analisis statistik inferensial, dan uji *t-test*. Hasil penelitian: (1) Tingkat prokraktinasi akademik SMPN 3 Galesong Selatan sebelum diberi perlakuan teknik bibliokonseling pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada umumnya berada pada kategori tinggi,. Akan tetapi sesudah diberi perlakuan menunjukkan terjadi perubahan dari tingkat prokraktinasi akademik siswa tinggi menjadi kategori sedang, sedangkan bagi siswa yang tidak diberi perlakuan tidak menunjukkan perubahan atau tetap dalam kategori tinggi. (2) Penerapan teknik bibliokonseling efektif dalam mengurangi prokraktinasi akademik SMPN 3 Galesong Selatan. Artinya, bagi kelompok siswa yang diberikan perlakuan berupa teknik bibliokonseling, prokraktinasi akademik siswa mengalami penurunan, dibandingkan dengan kelompok siswa yang tidak diberikan teknik bibliokonseling.

**Kata Kunci** : Teknik Bibliokonseling, Prokrastinasi Akademik

**PENDAHULUAN**

Salah satu tujuan sistem Pendidikan Nasional Indonesia berdasarkan Pancasila dan Undang-undang Dasar 1945 yaitu untuk meningkatkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Pasal 3, Undang-undang nomor 20 tahun 2003).

Permasalahan yang sering dijumpai dikalangan pelajar yaitu prokrastinasi akademik. Masalah-masalah tersebut merupakan hambatan dalam usaha mencapai tujuan pendidikan. Mengenai masalah belajar yang terjadi pada siswa, biasanya kurang memiliki kebiasaan yang baik, seperti pengaturan waktu belajar, cara belajar yang baik di rumah maupun sekolah, dalam mempersiapkan diri pada saat ujian, menyelesaikan tugas-tugas PR dan lain-lain. Permasalahan yang dialami para siswa di sekolah sering kali tidak dapat dihindari meski dengan pengajaran yang lebih baik.

Sebagai sebuah bentuk perilaku, prokrastinasi bukanlah bawaan dari lahir akan tetapi dapat terjadi karena beberapa faktor. Menurut Solomon dan Rothblum dalam Warsiyah (2013 : 10), prokrastinasi memiliki etiologi yang dijelaskan dalam tiga faktor, yaitu ; *pertama* takut gagal (*fear of failure*) atau motif menolak kegagalan adalah suatu kecenderungan mengalami rasa bersalah apabila tidak dapat mencapai tujuan atau gagal. *Kedua*, tidak menyukai tugas (*aversive of the task*). Berhubungan dengan perasaan negatif terhadap tugas atau pekerjaan yang dihadapi. Perasaan dibebani tugas yang terlalu berlebihan, ketidakpuasan, dan tidak senang menjalankan tugas yang diberikan. *Ketiga*, faktor lain yang diduga juga memperngaruhi, seperti sifat ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak membutuhkan bantuan, pengambilan resiko yang berlebihan, sikap yang kurang tegas, sikap memberontak, dan kesukaran membuat keputusan.

Hasil observasi yang dilakukan Sabtu tanggal 12 September 2015 pada kelas VIII yang berjumlah 30 siswa di SMP Negeri 3 Galesong Selatan prokrastinasi akademik diperoleh data yang melakukan penundaan tugas akademik, mereka melakukan berbagai hal yang yang tidak sesuai dengan harapan, tidak dapat mengatur waktu, dan tidak dapat melakukan prioritas, kebiasaan belajar yang buruk karena merasa sulit mengerjakannya, lebih memilih melakukan pekerjaan yang menyenangkan dari pada mengerjakan tugas akademik dan menganggap masih banyak waktu untuk mengerjakan tugas yang akhirnya mengakibatkan siswa melakukan penundaan terhadap tugas - tugas akademiknya dan timbulnya berbagai masalah yang dirasakan dalam diri siswa.

Menghadapi permasalahan prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa SMP Negeri 3 Galesong Selatan, sehingga perlu meningkatkan efektifitas layanan-layanan bimbingan dengan teknik yang dapat digunakan untuk membuka wawasan berfikir global secara mandiri dalam berprestasi. Salah satu alternatif pendekatan yang saat ini akan dikaji adalah teknik bibliokonseling*,* yakni pendekatan bimbingan dan konseling dengan menggunakan informasi atau pengetahuan yang terdapat dalam buku pustaka. Teknik yang dilakukan dengan menggunakan buku atau cerita yang di dalamnya terdapat ajaran tentang berperilaku. Menurut Schrank and Engels dalam Lasan (1997), bibliokonseling juga dapat diartikan suatu kegiatan mengintervensi pemikiran individu dengan rnenggunakan suatu bacaan, sehingga setelah membaca bacaan tersebut, individu dapat mendapatkan informasi baru dan dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Informasi dan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan membaca menjadi masukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi siswa. Saat membaca, pembaca menginterpretasi jalan pikiran penulis, menerjemahkan simbol dan huruf ke dalam kata dan kalimat yang memiliki makna tertentu, seperti rasa haru dan simpati. Perasaan ini dapat "membersihkan diri" dan mendorong sesorang untuk berperilaku lebih positif. Selanjutnya, diteruskan dengan proses diskusi membahas bahan bacaan yang diberikan pada siswa lalu dilakukan evaluasi.

Secara umum penelitian ini bertujuan mengkaji efektivitas teknik Bibliokonseling untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri Negeri 3 Galesong Selatan. Sedangkan tujuan khusus yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui gambaran prokrasktinasi akademik siswa SMP Negeri 3 Galesong Selatan sebelum dan sesudah diberikan teknik bibliokonseling?
2. Untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik bibliokonseling terhadap tingkat prokraktinasi akademik siswa SMP Negeri 3 Galesong Selatan.

Bibliokonseling adalah teknik bimbingan yang dilakukan dengan menggunakan buku atau cerita yang di dalamnya terdapat ajaran tentang berperilaku peduli. Buku merupakan media untuk memperoleh wawasan, pengetahuan, informasi, dan hiburan. Selain itu, buku dapat menjadi media terapi atau penyembuhan bagi penderita gangguan mental, seperti gangguan kecemasan, trauma, dan stres. Pemanfaatan buku sebagai media terapi disebut biblioterapi. Suparyo (2010) mengatakan biblioterapi adalah dukungan psikoterapi melalui bahan bacaan untuk membantu seseorang yang mengalami permasalahan personal.

Melalui bibliokonseling, disajikan informasi yang dibutuhkan atau sesuai dengan permasalahan, yaitu berkaitan dengan kesadaran akan kejujuran. Dengan mengetahui informasi yang ada dalam bacaan, individu dapat membentuk tingkah lakunya secara umum, dan secara khusus membentuk sikap dan kesadarannya. Sedangkan Milgram dalam Rumiani (2006: 38), menyebutkan bahwa prokrastinasi dilakukan semata-mata untuk melengkapi tugas secara optimal.

Menurut Ghufron, (2003: 14) seseorang yang mempunyai kecenderungan menunda atau tidak segera memulai kerja disebut procrastinator. Prokrastinasi dapat juga dikatakan sebagai penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan tidak senang terhadap tugas serta ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Knaus (2002 : 41), berpendapat bahwa penundaan yang telah menjadi respon tetap atau kebiasaan dapat dipandang sebagai trait prokrastinasi. Artinya prokrastinasi dipandang lebih dari sekedar kecenderungan melainkan suatu respon tetap dalam mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai dan dipandang tidak diselesaikan dengan sukses.

Hipotesis penelitiandalam penelitian ini adalah teknik bibliokonseling dapat mengurangi prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri 3 Galesong ­Selatan.

**METODE**

Pendekatan dan metode penelitian dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan eksperimen (*true experimental design)* dalam bentuk *pretest-posttest control group design*.

Defenisi operasional dalam penelitian ini adalah :

1. Teknik bibliokonseling adalah teknik yang digunakan dalam upaya mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa dengan memberi bahan bacaan kepada siswa dengan prosedur konselor meminta konseli membaca buku, konselor meminta konseli secara berkelompok membaca satu bacaan, konseli mendiskusikan materi bacaan, dan konselor memberikan balikan.
2. Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan seorang siswa untuk menunda penyelesaian tugas akademik tanpa alasan yang jelas dan memilih melakukan pekerjaan yang tidak bermanfaat.

Tempat penelitian ini dilakukan pada siswa SMP Negeri 3 Galesong Selatan Kabupaten Takalar.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Galesong Selatan Tahun Ajaran 2015/2016 sebanyak 224 siswa yang teridentifikasi memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Sampel penelitian ini adalah sebagian siswa kelas VIII yang diambil atau ditentukan dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling* dimana subjek penelitian diambil secara acak dari populasi tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu dengan berdasar pada informasi yang diperoleh dari guru pembimbing SMP Negeri 3 Galesong Selatan.

Menurut Nana & Ibrahim (2004 : 85) “Sampel adalah sebagian dari populasi terjangkau yang memiliki sifat yang yang sama dengan populasi”. Dengan melihat jumlah populasi penelitian di atas sebanyak 224 siswa, maka penelitian tersebut terdiri dari 60 siswa. Sampel penelitian sesuai dengan pendapat Arikunto (2004: 112) bahwa: Apabila populasi kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah populasi besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih tergantung kemampuan peneliti, melihat bahwa populasi penelitian lebih dari 100 orang maka peneliti menarik sampel penelitian sebanyak 60 orang.

Bahan perlakuan berupa skenario teknik bibliokonseling, adapun tahap pertemuan penerapan teknik bibliokonseling tersebut terbagi menjadi 6 tahap. Tiap-tiap tahap pertemuan seminggu dua kali dengan alokasi waktu 45 menit/pertemuan. Tahapan pertemuan teknik bibliokonseling adalah sebagai berikut :

1. Bibliokonseling I yaitu pemberian bahan informasi mengenai bibliokonseling
2. Bibliokonseling II yaitu Pemberian bahan bacaan tentang : “Diri Andalah Perubahan yang Anda Cari”.
3. Bibliokonseling III yaitu Pemberian bahan bacaan tentang : “Harapan yang Menyelamatkan Hidup”.
4. Bibliokonseling IV yaitu Pemberian bahan bacaan tentang : “Harapan untuk Memperoleh Rezki yang Besar”
5. Bibliokonseling V yaitu Pemberian bahan bacaan tentang : “Waktu itu Sangat Penting”.
6. Bibliokonseling VI yaitu Pemberian bahan bacaan tentang : “Mengatur Penggunaan Waktu Belajar”.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah angket dan observasi. Angket dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden. Observasi dengan melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat, untuk mengetahui keseriusan siswa dalam mengikuti kegiatan pemberian teknik biblikonseling pada kelompok eksperimen dalam mengurangi prokraktinasi akademik.

Teknik analisis data yang digunakan terdiri atas teknik analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial dengan *t-tes* untuk pengujian hipotesis.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang dilaksanakan di SMP Negeri 3 Galesong Selatan melalui pendekatan eksperimen dengan memberikan perlakuan berupa teknik bibliokonseling Hasil dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberi teknik bibliokonseling untuk membantu mengurangi prokraktinasi akademik di SMP Negeri 3 Galesong Selatan, maka berikut ini akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang diklasifikasikan dalam 5 (lima) kategori, yaitu; tingkat prokraktinasi akademik siswa sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.1: DataTingkat Prokraktinasi Akademik Siswa Kelompok Eksperimen *Pretest* dan *Posttest* Pemberian Teknik Biblikonseling

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Interval** | **Tingkat Prokraktinasi Akademik Siswa** | **Kelompok Eksperimen** | | | |
| ***Pretest*** | | ***Postest*** | |
| **F** | **P(%)** | **F** | **P(%)** |
| 141-167 | Sangat Tinggi | 15 | 50 | - | - |
| 114-140 | Tinggi | 10 | 33,33 | - | - |
| 87-113 | Sedang | 5 | 16,66 | 15 | 50 |
| 60-86 | Rendah | - | - | 11 | 36,66 |
| 33-59 | Sangat Rendah | - | - | 4 | 13,33 |
|  | **Jumlah** | **30** | **100** | **30** | **100** |

Sumber: Hasil angket kelompok eksperimen

Tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat prokraktinasi akademik siswa di SMP Negeri 3 Galesong Seletan sebelum diberi Teknik biblikonseling dalam kategori sangat tinggi sebanyak 15 responden (50%), kemudian kategori tinggi sebanyak 10 responden (33,33%) sedangkan pada kategori sedang sebanyak 5 responden (16,66%), kategori rendah dan sangat rendah tidak terdapat sama sekali responden pada kategori tersebut. Namun setelah diberikan perlakuan berupa teknik biblikonseling, maka tingkat prokraktinasi pada siswa menunjukkan penurunan, dimana pada kategori sedang sebanyak 15 responden atau (50%) dan kategori sedang sebanyak 11 responden (36,66%) kategori rendah sebanyak 4 responden (13,33), sementara untuk kategori sangat tinggi dan tinggi tidak terdapat responden setelah diberikan perlakuan berupa teknik biblikonseling. Tingkat prokraktinasi akademik siswa pada kelompok kontrol yang dilakukan secara bersamaan terhadap kelompok eksperimen yang diperoleh berdasarkan hasil *pretest*  yang dilaksanakan pada hari Sabtu Tanggal 6 Februari 2016 dan *posttest* pada hari Sabtu Tanggal 5 Maret 2016 terhadap 30 siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Galesong Selatan.

Tabel 4.2 : Data Tingkat Prokraktinasi Akademik Siswa Kelompok Kontrol *Pre-test* dan *Post-test*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Interval** | **Kategori** | **Kelompok Kontrol** | | | |
| ***Pretest*** | | ***Postest*** | |
| **F** | **P(%)** | **F** | **P(%)** |
| 141-167 | SangatTinggi | 16 | 53,33 | 15 | 50 |
| 114-140 | Tinggi | 14 | 46,66 | 15 | 50 |
| 87-113 | Sedang | - | - | - | - |
| 60-86 | Rendah | - | - | - | - |
| 33-59 | Sangat Rendah | - | - | - | - |
|  | **Jumlah** | **30** | **100** | **30** | **100** |

Sumber : Hasil angket kelompok kontrol

Tingkat prokraktinasi akademik siswa untuk kelompok kontrol saat *Pretest*  secara umum dalam kategori sangat tinggi sebanyak 16 responden atau 53,33%, kategori tinggi sebanyak 14 responden atau 46,66%. Namun saat *Postest* kondisi pada kategori sangat tinggi menunjukkan terjadi penurunan sedikit yaitu sebanyak 1 responden sehingga menurun menjadi 15 responden atau 50%. Dimana kategori tinggi sebanyak 14 responden atau 46,66% mengalami peningkatan sebanyak 1 responden sehingga menjadi 15 responden atau 50% pada kategori tinggi. Namun saat *postest* kondisi tersebut tidak menunjukkan perubahan yang berarti, dimana kategori sangat tinggi sebanyak 15 responden atau 50% dan kategori tinggi sebanyak 15 responden atau 50%.

Tabel 4.3: Tingkat Prokraktinasi Akademik Siswa

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Jenis Data** | Kelompok | ***Mean*** | **Interval** | **Klasifikasi** |
| *Pretest* | Eksperimen | 127,6 | 114-140 | Tinggi |
| Kontrol | 132,63 | 114-140 | Tinggi |
| *Posttest* | Eksperimen | 88,93 | 87-113 | Sedang |
| Kontrol | 132,06 | 114-140 | Tinggi |

Sumber: hasil *pretest* dan *posttest*

Berdasrakan hasil *pretest* dan *posttest* dapat disimpulkan bahwa tingkat prokraktinasi akademik siswa pada kelompok eksperimen berada pada kategori tinggi pada *pretest* dan kategori sedang pada *posttest,* sedangkan pada kelompok kontrol berada pada kategori tinggi *pretest* dan kategori tetap tinggi pada *posttest.* Jadi tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian teknik teknik bibliokonseling memperlihatkan adanya perubahan yang signifikan. Selanjutnya, skor tingkat prokraktinasi akademik siswa pada kelompok eksperimen mengalami perubahan yaitu terjadi penurunan pada kategori sedang, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan yaitu tetap berada pada kategori tinggi.

Dari hasil observasi selama kegiatan teknik bibliokonseling berlangsung yang dilaksanakan dalam 6 tahap diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4.4: Data Hasil Persentase Observasi Pelaksanaan Teknik Bibliokonseling

|  |  |
| --- | --- |
| **Persentase Kriteria** | **Pertemuan** |
| **I II III IV V VI** |
| 80 % -100% Sangat tinggi 0 0 2 3 5 7 | |
| 60 % -79% Tinggi 1 4 6 9 12 12 | |
| 40% - 59% Sedang 8 5 4 10 5 9 | |
| 20 % -39% Rendah 8 11 11 1 4 2 | |
| 0 % -19% Sangat rendah 13 10 7 7 4 0 | |
| **Jumlah 30 30 30 30 30 30** | |

Berdasarkan tabel di atas dari data hasil analisis persentase observasi pelaksanaan teknik bibliokonseling yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa disetiap pertemuan terjadi peningkatan partisipasi siswa dalam mengikuti kegiatan teknik bibliokonseling. Meningkatnya partisipasi siswa dalam mengikuti kegiatan juga ikut mendukung terjadinya penurunan perilaku prokraktinasi akademik siswa untuk kelompok eksperimen di SMP Negeri 3 Galesong Selatan.

Uji normalitas kriteria yang digunakan yaitu terima Ho apabila nilai sig. lebih besar dari tingkatan alpha yang ditentukan (Sambas Ali, 2007: 83). Berdasarkan hasil perhitungan SPSS 20 diperoleh nilai sig 0,300 untuk kelompok kontrol dan kelompok eksperimen nilai sig 0,200. Karena nilai sig > 0,05 maka Ho diterima. Artinya data dari kedua kelompok berasal dari distribusi normal.

Pengujian homogenitaskriteria pengujian yaitu dapat dinyatakan homogen jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas, diperoleh nilai sebesar 0,000 atau lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data tingkat prokrastinasi akademik siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mempunyai varian tidak homogen.

Hipotesis penelitian ini adalah “Ada pengaruh positif terhadap prokraktinasi akademik siswa setelah penerapan teknik biblikonseling diterapkan di SMP Negeri 3 Galesong Selatan ”. Untuk pengujian hipotesis di atas, terlebih dahulu disajikan data tingkat prokraktinasi akademik siswa, baik *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut:

Tabel 4.5: Data Hasil Analisis Uji Hipotesis Melalui Uji T (*t-test*)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mean** | | **T** | **Signifikan** | **Ho** | **H1** |
| **Kontrol** | **Eksperimen** |
| 132.63 | 127.60 | 3.84 | 0,000 | Ditolak | Diterima |

Berdasarkan hasil penghitungan dengan menggunakan SPSS 20 *for windows* melalui *paired sample t-test* terdapat nilai rata-rata sebelum perlakuan, dengan diperoleh nilai t-test = 3.84 dengan df = 29. Harga ttabel pada t 0, 05 = 2,05 dengan nilai signifikan (P) = 0,000 < α = 0,05

Berdasarkan hasil penghitungan dengan menggunakan SPSS 20 *for windows* melalui *paired sample t-test* terdapat perbedaan nilai rata-rata setelah perlakuan lebih tinggi dibandingkan sebelum perlakuan dengan diperoleh nilai perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan sebagai berikut.

t-test= 28.14dengan df = 29. Harga ttabel pada t 0, 05 = 2,05 dengan nilai signifikan (P) = 0,000 < α = 0,05. Hal ini berarti bahwa hipotesis nihil (Ho) yang berbunyi “Tidak Ada Pengaruh positif terhadap prokraktinasi akademik siswa setelah penerapan teknik Biblikonseling diterapkan di SMP Negeri 3 Galesong Selatan Kabupaten Takalar” dinyatakan ditolak. Sehingga hipotesis kerja (H1) yaitu “Ada Pengaruh positif terhadap prokraktinasi akademik siswa setelah penerapan teknik biblikonseling diterapkan di SMP Negeri 3 Galesong Selatan ”dinyatakan diterima”.

Menurut Karin Kramer, (2008)Menggunakan buku self-help membuat proporsi yang signifikan dari bahan yang digunakan dalam bibliotherapy. Lebih dari 60% dari konselor Kanada telah mengindikasikan bahwa mereka sering menggunakan buku self-help dengan klien mereka (Adams & Pitre, 2000). Namun, konselor jarang diajarkan bagaimana menggunakan bibliotherapy dan karena itu mungkin tidak menghargai banyak faktor yang perlu dipertimbangkan ketika menggunakan intervensi ini (Pehrsson & McMillen, 2005). Jurnal ini memberikan panduan untuk konselor baru dan berpengalaman pada penggunaan efektif dari buku self-help di bibliotherapy.

Masalah prokrastinasi masih dianggap “*strange phenomenom*” karena bersifat kompleks. Menurut Mc. Cown (Haycock, 1998) dalam prespektif behavioristik, prokrastinasi merupakan kebiasaan yang dipelajari. Sebaliknya berdasarkan teori psikodinamik prokrastinasi merupakan mekanisme untuk menghindari kecemasan atau perlawanan terhadap orang tua yang terlalu menuntut atau mengabaikanya. Dalam literatur, masalah yang dijumpai bagaimana model intervensi prokrastinasi akademik dan fakta dilapangan menujukan bahwa fenomena ini dari waktu kewaktu semakin mengemuka.

Menghadapi permasalahan prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa SMP Negeri 3 Galesong Selatan, sehingga perlu meningkatkan efektifitas layanan-layanan bimbingan dengan teknik yang dapat digunakan untuk membuka wawasan berfikir global secara mandiri dalam berprestasi. Salah satu alternatif pendekatan yang saat ini akan dikaji adalah teknik bibliokonseling*,* yakni pendekatan bimbingan dan konseling dengan menggunakan informasi atau pengetahuan yang terdapat dalam buku pustaka. Teknik yang dilakukan dengan menggunakan buku atau cerita yang di dalamnya terdapat ajaran tentang berperilaku.

Berdasarkan hasil analisis observasi telah menujukkan adanya perubahan baik dari observasi kelompok maupun observasi individu sehingga penerapan teknik bibliokonseling sangat efektif dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa hal ini dapat dilihat dari hasil observasi di bawah ini.

Pada pertemuan pertama sampai pada pertemuan keenam keaktifan dan keikutsertaan siswa dalam mengikuti kegiatan teknik bibliokonseling dari setiap pertemuan mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi pada pertemuan pertama dominan siswa berada pada kategori sangat rendah, sementara pada pertemuan kedua siswa dominan berada pada kategori rendah, pertemuan ketiga siswa dominan berada pada kategori rendah, pertemuan keempat siswa dominan berada pada kategori sedang, untuk pertemuan kelima dan keenam siswa dominan berada pada kategori tinggi*.* Hal ini menunjukkan bahwa setiap pertemuan antusias siswa dalam mengikuti kegiatan penerapan teknik bibliokonselingberupa pemberian informasi terjadi peningkatan.

Berdasarkan hasil analisis persentase kelompok yang telah diobservasi tersebut, menunjukan bahwa perubahan yang dialami siswa diakibatkan adanya penerapan teknik bibliokonseling, yang dibuktikan pada saat pelaksanaan pemberian bahan informasi mulai tahap pertama, kedua, ketiga, keempat, kelima, dan keenam sampel penelitian secara umum menunjukkan peningkatan yang selalu meningkat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terhadap sampel penelitian saat *Pretest* secara umum menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik dominan berada dalam kategori sangat tinggi dan tinggi. Namun demikian, diberi perlakuan berupa teknik bibliokonseling sebanyak 6 tahap ternyata menunjukkan dampak signifikan. Hal ini disebabkan karena tingkat prokrastinasi akademik siswa mengalami penurunan dari sangat tinggi dan tinggi menjadi kategori sedang dan rendah, walaupun terdapat sebagian besar sampel penelitian yang telah memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang berdasarkan hasil angket, hal ini disebabkan karena siswa yang diberikan teknik bibliokonseling dilatih secara sistematis melalui bahan bacaaan dalam mengurangi kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik.

Berdasarkan analisis statistik deskriptif tersebut, dapat dianalisis bahwa pada hakekatnya terdapat penurunan tingkat prokrastinasi akademik bagi siswa yang telah diberi perlakuan berupa teknik bibliokonseling, yaitu dapat dilihat dari perilaku siswa yang sudah mengumpulkan tugas tepat pada waktunya, tidak mengalami kelambanan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan dari sekolah, kecenderungan menggunakan waktu yang bersifat menyenangkan dapat dikurangi. Perubahan ini terjadi dikarenakan siswa yang diberikan perlakuan cukup antusias mengikuti dan melaksanakan berbagai tahap kegiatan dalam teknik bibliokonselingyang diberikan mulai pemberian bahan informasi, saran-saran yang diberikan dari teman-teman dan juga peneliti melalui kegiatan*,* kemudian kegiatan tindak lanjut serta adanya kemauan yang kuat untuk melaksanakan alternatif pemecahan masalah melalui teknik bibliokonseling untuk mengurangi kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik siswa baik itu di rumah maupun disekolah.

Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat di atas, tampak bahwa pelaksanaan teknik bibliokonseling merupakan tindakan yang dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa yang dihadapi oleh siswa. Dimana melalui pemberian bimbingan ini siswa diharapkan dapat betul-betul memahami waktu yang selama ini digunakan yang didasarkan pada pandangan orang lain, pengalaman dan penggolongan budaya, sehingga mampu membawa perubahan pada diri sendiri yang didasarkan pada peningkatan mengatur dan mengontrol waktu. Oleh karena itu teknik pemberian bibliokonselingperlu diaplikasikan di sekolah-sekolah dalam rangka meningkatkan kontrol diri dalam hal mengelola waktu belajar siswa terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik sehingga terwujudlah peserta didik yang mampu mengelola waktu secara efektif dan efesien untuk mengembangkan potensi yang dimiliki melalui proses belajar dan menjadi siswa yang sukses dalam meraih prestasi.

**SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan analisa data dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa:

* + - 1. Tingkat prokraktinasi akademik siswa di SMP Negeri 3 Galesong Selatan sebelum diberi perlakuan teknik bibliokonseling pada kelompok eksperimen pada umumnya berada pada kategori tinggi, sementara pada kelompok kontrol berada pada kategori yang sama yaitu kategori tinggi. Akan tetapi sesudah diberi perlakuan menunjukkan terjadi perubahan dari tingkat prokraktinasi akademik siswa dari tinggi menjadi kategori sedang, sedangkan bagi siswa yang tidak diberi perlakuan tidak menunjukkan perubahan berarti atau tetap dalam kategori tinggi.
      2. Efektivitas teknik bibliokonseling dapat mengurangi prokraktinasi akademik siswa di SMP Negeri 3 Galesong Selatan. Artinya, bagi kelompok siswa yang diberikan perlakuan berupa teknik bibliokonseling, prokraktinasi akademik siswa mengalami penurunan, dibandingkan dengan kelompok siswa yang tidak diberikan teknik bibliokonseling.

Sehubungan kesimpulan penelitian di atas, maka diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya hendaknya memperhatikan aspek waktu dalam penelitian agar efektivitas teknik bibliokonseling lebih efektif.
2. Kepada peneliti selanjutnya hendaknya memvalidasi bahan bacaan yang akan digunakan dalam penelitian.
3. Diharapkan kepada rekan-rekan mahasiswa dan peneliti di program studi Bimbingan Konseling, agar tidak mengambil jumlah sampel yang terlalu besar agar hasil penelitian optimal

**DAFTAR RUJUKAN**

Arikunto, S. 2004. Dasar - Dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Budi Aksara.

Burka, J. B., & Yuen, L.M. 2008. *Procrastination*. Online. Di akses tanggal 21 Agustus 2015).

Ghufron, M. N. 2003. *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua dengan prokrastinasi akademik*. Tesis.Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.

Kramer, K. 2008. *Using self-help bibliotherapy in counselling*. Canada: Unpublished manuscript, University of Lethbridge, Alberta.

Knaus, William. Ed. D. 2002. *The Procrastination Workbook.* New Harbinger: Publication, inc.

Lasan, B.B. 1997. *Pengaruh Bibliokonseling Sebagai Teknik Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Prasangka Sosial Siswa Etnik Jawa Dan Tioghoa*. Tesis tidak diterbitkan. Malang : Universitas Negeri Malang.

Nana Sudjana dan Ibrahim. 2004. *Penelitian dan* Penilaian *Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Pehrsson, D. E., & McMillen, P. 2005. *A* bibliotherapy *evaluation tool: Grounding counselors in the therapeutic use of literature*. The Arts in Psychotherapy, *32*(1)*,* 47-59.

Pemerintah Republik Indonesia. 2003. Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta.

Rumiani. 2006. *Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa.* Jurnal psikologi universitas diponegoro. vol.3 no. 2, desember 2006.

Sambas A. 2007. *Analisis, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian.* Bandung: Pustaka Setia.

Suparyo, Yosy. 2010. *Bagaimana Menerapkan* Biblioterapi*.* Htt:kombinasi.net/bagaimana-menerapkan-biblioterapi/: (on-line). Di akses pada tanggal 21 Agustus 2015.

Warsiyah. 2013. *Perilaku Menyontek Mahasiswa Muslim (Pengaruh Tingkat* Keimanan*, Prokrastinasi Akademik, dan Sikap Terhadap Menyontek pada Perilaku Menyontek Mahasiswa Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo)*. Tesis. Program Magister (S2) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo.