

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Pustaka

##### 1. Perilaku Prokrastinasi Akademik

###### a. Pengertian Perilaku Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dalam Kamus Bahasa Inggris - Indonesia yaitu *procrastination* yang berarti penangguhan, penundaan.<sup>1</sup> Pendapat lain dikemukakan oleh Balkis dan Duru yang menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku individu yang meninggalkan kegiatan penting yang bisa dilakukan dan telah direncanakan sebelumnya tanpa alasan yang masuk akal. Jadi, menurut mereka, seseorang dikatakan melakukan prokrastinasi jika ia menunda pekerjaan penting tanpa alasan yang logis, padahal ia bisa melakukan pada waktunya sesuai dengan rencana yang telah dibuat sebelumnya.

Menurut Ellis dan Knaus dalam bukunya M Nur Ghufon dan Rini Risnawati yang berjudul *Teori-teori Psikologi* menyatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak memiliki tujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Hal ini terjadi karena adanya ketakutan untuk gagal dan pandangan bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan benar.<sup>2</sup>

Solomon dan Rothblum dalam jurnalnya Rahmat Aziz menjelaskan bahwa suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja, menimbulkan perasaan tidak nyaman, serta secara subyektif dirasakan oleh seorang prokrastinator. Selanjutnya mereka menjelaskan dalam kaitannya dengan konteks akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-

---

<sup>1</sup> John M Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta, PT.Gramedia Pustaka Utama Cet XXVI, 2005, hlm. 449

<sup>2</sup> M Nur Ghufon dan Rini Risnawati. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta, Ar-ruz Media. 2010, hlm. 152

tugas akademis (seperti: mengerjakan pekerjaan rumah, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah) sampai batas akhir waktu yang tersedia.<sup>3</sup>

Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktifitas organisme atau makhluk hidup yang bersangkutan. Oleh sebab itu, semua makhluk hidup mulai dari binatang sampai dengan manusia mempunyai aktifitas masing-masing. Manusia sebagai salah satu makhluk hidup mempunyai bentangan kegiatan yang sangat luas, yaitu antara lain: berjalan, berbicara, bekerja, menulis, membaca, berfikir, dan seterusnya. Secara singkat, aktifitas manusia tersebut dikelompokkan menjadi dua yakni aktifitas yang dapat diamati oleh orang lain seperti berjalan, bernyanyi, tertawa, dan sebagainya serta aktifitas yang tidak dapat diamati orang lain misalnya berfikir, berfantasi, bersikap, dan sebagainya.<sup>4</sup>

Secara spesifik perilaku prokrastinasi meliputi unsur penundaan baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktifitas, menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas, melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah, maupun tugas rumah tangga, menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya.

Perilaku prokrastinasi merupakan suatu perilaku yang bisa dilakukan oleh seseorang, akan tetapi ia cenderung menundanya dengan berbagai alasan yang tak jelas. Padahalsebelumnya ia mempunyai rencana untuk mengerjakan dan sudah mengatur jadwal mengerjakannya, akan tapi ia merasa malas dan memilih berbagai

---

<sup>3</sup>Rahmad Aziz, *Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana*, Malang, *Journal Of Islamic Education*, 2015, hlm. 274

<sup>4</sup>Soekidjo Notoatmodjo. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rieneke Cipta.. 2007, hlm. 73

alasan untuk menundanya. Pada intinya perilaku ini sangat merugikan diri sendiri dan pihak yang berhubungan secara langsung maupun tak langsung.

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Balkis dan Duru mengatakan bahwa seseorang dapat melakukan prokrastinasi hanya pada hal-hal tertentu saja atau pada semua hal. Adapun jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator adalah: pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor dan lainnya.

Pada dasarnya, perilaku prokrastinasi terbagi dua yaitu prokrastinasi akademik dan non-akademik. Dan yang saya bahas dalam skripsi ini adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus.

Salomon dan Rothblum dalam jurnal Rahmat Aziz membagi area perilaku prokrastinasi akademik<sup>5</sup> sebagai berikut:

1. Tugas mengarang yang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau mengarang lainnya.
2. Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, ujian akhir semester, dan ulangan mingguan.
3. Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
4. Kinerja tugas administratif, seperti menulis catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, mengembalikan buku perpustakaan.
5. Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadapi pelajaran.

---

<sup>5</sup>Rahmad Aziz, *Op Cit*, hlm. 275

6. Penundaan kinerja akademik secara keseluruhan, yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

Sedangkan, menurut Ferrari dan kawan-kawan dalam jurnalnya Rahmat Aziz menyebutkan pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu, antara lain sebagai berikut:

- Prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan menunda dalam mengerjakan suatu tugas tanpa mempermasalahkan tujuan alasan penundaan.
- Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu yang selalu dilakukan setiap menghadapi tugas.
- Prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian (kebiasaan seseorang terhadap respon dalam mengerjakan tugas).<sup>6</sup>

Berdasarkan uraian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa perilaku prokrastinasi akademik merupakan suatu perilaku penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas. Khususnya yang telah direncanakan sebelumnya dengan adanya alasan ataupun tidak dan sudah menjadi kebiasaan setiap menghadapi tugas sehingga tidak dapat menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.

#### **b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik**

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat di kategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal:

##### **1) Faktor Internal**

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis dari individu.

##### **a) Kondisi fisik individu**

---

<sup>6</sup>*Ibid*, hlm. 153-154

Faktor dari dalam individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu.

b) Kondisi psikologis individu

Menurut Millgram dan kawan-kawan, *trait* kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam *self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi, antara lain rendahnya kontrol diri.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat dari luar individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu adalah:

a) Gaya pengasuhan orangtua

Ferrari menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis.

b) Kondisi lingkungan yang tingkat pengawasannya rendah atau kurang akan menyebabkan timbulnya kecenderungan prokrastinasi.<sup>7</sup>

Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu

---

<sup>7</sup>*Ibid*, hlm 164-166

faktor yang ada dalam diri individu yang meliputi kondisi fisik dan psikis. Sedangkan faktor eksternal berupa faktor di luar individu, yang meliputi gaya asuh orang tua dan kondisi lingkungan.

### c. Bentuk Prokrastinasi Akademik

Sementara itu, Catrunada dalam Tatan ZM mengungkapkan tentang sepuluh wilayah magnetis yang menjadi faktor-faktor dilakukannya prokrastinasi:

#### 1) *Anxiety*

*Anxiety* dapat diartikan sebagai kecemasan. Kecemasan pada akhirnya menjadikannya magnetik yang berlawanan dimana tugas-tugas yang diharapkan dapat diselesaikan berinteraksi dengan kecemasan yang tinggi, sehingga seseorang cenderung menunda tugas tersebut.

#### 2) *Self-Depreciation*

Dapat diartikan sebagai pencelaan terhadap diri sendiri. Seseorang memiliki penghargaan yang rendah atas dirinya sendiri dan selalu siap untuk menyalahkan diri sendiri ketika terjadi kesalahan dan juga merasa tidak percaya diri untuk mendapat masa depan yang cerah.<sup>8</sup>

#### 3) *Low Discomfort Tolerance*

Dapat diartikan sebagai rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan. Adanya kesulitan pada tugas yang dikerjakan membuat seseorang mengalami kesulitan untuk menoleransi rasa frustrasi dan kecemasan, sehingga mereka mengalihkan diri sendiri kepada tugas-tugas yang mengurangi ketidaknyamanan dalam diri mereka.

#### 4) *Pleasure-seeking*

---

<sup>8</sup>Tatan ZM, *Analisis Prokrastinasi Tugas Akhir/Skripsi*, Prosiding, Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika, ISBN : 978-979-16353-8-7, 2012, hlm. 3.

Dapat diartikan sebagai pencari kesenangan. Seseorang yang mencari kenyamanan cenderung tidak mau melepaskan situasi yang membuat nyaman tersebut. Jika seseorang memiliki kecenderungan tinggi dalam mencari situasi yang nyaman, maka orang tersebut akan memiliki hasrat kuat untuk bersenang-senang dan memiliki kontrol impuls yang rendah.

5) *Time Disorganization*

Dapat diartikan sebagai tidak teraturnya waktu. Mengatur waktu berarti bisa memperkirakan dengan baik berapa lama seseorang membutuhkan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut. Aspek lain dari lemahnya pengaturan waktu adalah sulitnya seseorang memutuskan pekerjaan apa yang penting dan kurang penting untuk dikerjakan hari ini. Semua pekerjaan terlihat sangat penting sehingga muncul kesulitan untuk menentukan apa yang harus dikerjakan terlebih dahulu.

6) *Environmental Disorganisation*

Dapat diartikan sebagai berantakan atau tidak teraturnya lingkungan. Salah satu faktor prokrastinasi adalah kenyataan bahwa lingkungan disekitarnya berantakan atau tidak teratur dengan baik, hal itu terjadi kemungkinan karena kesalahan individu tersebut. Tidak teraturnya lingkungan bisa dalam bentuk interupsi dari orang lain, kurangnya privasi, kertas yang bertebaran dimana-mana, dan alat-alat yang dibutuhkan dalam pekerjaan tersebut tidak tersedia. Adanya begitu banyak gangguan pada area wilayah pekerjaan menyulitkan seseorang untuk berkonsentrasi sehingga pekerjaan tersebut tidak bisa selesai tepat pada waktunya.

7) *Poor Task Approach*

Dapat diartikan sebagai pendekatan yang lemah terhadap tugas. Jika akhirnya seseorang merasa siap untuk bekerja, kemungkinan dia akan meletakkan kembali pekerjaan tersebut karena tidak tahu darimana harus memulai sehingga

cenderung menjadi tertahan oleh ketidaktahuan tentang bagaimana harus memulai dan menyelesaikan pekerjaan tersebut.

8) *Lack of Assertion*

Dapat diartikan sebagai kurangnya memberikan pernyataan yang tegas. Contohnya adalah seseorang yang mengalami kesulitan untuk berkata tidak terhadap permintaan yang ditujukan kepadanya sedangkan banyak hal yang harus dikerjakan karena telah dijadwalkan terlebih dulu. Hal ini bisa terjadi karena mereka kurang memberikan kehormatan atas semua komitmen dan tanggung jawab yang dimiliki.

9) *Hostility with others*

Dapat diartikan sebagai permusuhan terhadap orang lain. Kemarahan yang terus menerus bisa menimbulkan dendam dan sikap bermusuhan sehingga bisa menjusikap menolak atau menentang apapun yang dikatakan oleh orang tersebut.

10) *Stress and fatigue*

Dapat diartikan sebagai perasaan tertekan dan kelelahan.. Stres adalah hasil dari sejumlah intensitas tuntutan negatif dalam hidup yang digabung dengan gaya hidup dan kemampuan mengatasi masalah pada diri individu. Semakin banyak tuntutan dan semakin lemah sikap seseorang dalam memecahkan masalah, dan gaya hidup yang kurang baik, semakin tinggi stres seseorang

**d. Indikator Prokrastinasi Akademik**

Ferrari, dkk dan Stell dalam jurnalnya Muhammad Sholihin mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:

- 1) *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang.

Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

- 2) *Intention-action*, celah antara keinginan dan tindakan. Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. Seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.<sup>9</sup>
- 3) *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. Tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.
- 4) *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang

---

<sup>9</sup> Muhammad Sholihin, *Konstruksi Alat Ukur Prokrastinasi Akademik*, Jurnal Psikologi, 2016, hlm. 2.

menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

**Tabel 2.1**

**Indikator Prokrastinasi Akademik**

No.	Dimensi/ Aspek-aspek	Indikator
1.	<i>Perceived time</i>	a. Gagal menepati <i>deadline</i> b. Suka menunda-nunda pekerjaan
2.	<i>Intention-action</i>	a. Kesenjangan waktu antara rencana sendiri kinerja actual b. Kesulitan melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu
3.	<i>Emotional distress</i>	a. Perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi b. Merasa tenang karena waktu masih banyak.
4.	<i>Perceived ability</i>	a. Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya b. Rasa takut gagal

**e. Jenis-jenis Tugas pada Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Peterson mengatakan bahwa seorang dapat melakukan prokrastinasi hanya pada hal-hal tertentu saja atau pada semua hal. Jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator, yaitu tugas pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor, dan lainnya.<sup>10</sup>

Prokrastinasi akademik dan non akademik sering menjadi istilah yang digunakan oleh para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas di atas.

<sup>10</sup> M Nur Ghufron dan Rini Risnawati. *Op. Cit*, hlm 156

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor, dan lain sebagainya. Menurut Green, jenis tugas yang menjadi obyek adalah tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik. Perilaku-perilaku yang mencirikan penundaan dalam tugas akademik dipilah dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi akademik.<sup>11</sup>

Jadi, tidak semua pekerjaan dikatakan sebagai prokrastinasi, karena hanya ada pekerjaan tertentu yang ditunda. Prokrastinasi terbagi dua, yaitu prokrastinasi akademik dan prokrastinasi non akademik. Contoh dari prokrastinasi akademik adalah penundaan tugas yang dilakukan di sekolah. Sedangkan contoh dari prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan dalam urusan rumah tangga atau tugas kantor.

#### **f. Ciri-ciri Perilaku Prokrastinasi Akademik**

Ferrari dan kawan-kawan dalam bukunya M Nur Ghufro dan Rini Risnawati mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu<sup>12</sup> berupa:

- 1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Peserta didik yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi peserta didik tersebut menunda untuk mulai mengerjakan dan menyelesaikannya sampai tuntas.

---

<sup>11</sup>*Ibid*, hlm 157

<sup>12</sup>*Ibid*, hlm. 158

- 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Peserta didik yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.
- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah di tentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba ternyata tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga hal tersebut dapat menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas dengan baik.
- 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), menonton, mengobrol, berjalan-jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang di miliki untuk mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikannya.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada

tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

#### **g. Dampak Prokrastinasi Menurut Islam**

Menunda-nunda pekerjaan (prokrastinasi) bagian dari akhlak buruk dan tidak akan bermanfaat apapun kecuali hanya akan memperpanjang waktunya dalam kejelekan dan memperpendek waktu dalam menjalankan kebajikan.

Hampir pasti setiap orang pernah dihindangi penyakit “menunda pekerjaan”. Tugas dan kewajiban yang seharusnya ditunaikan dalam waktu tertentu, tetapi diselesaikan melebihi batas yang telah ditentukan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata “tunda” artinya “mengundurkan waktu pelaksanaan”, “dilaksanakan lain waktu”, atau berlama-lama. Menunda dengan demikian menyelesaikan suatu pekerjaan yang seharusnya diselesaikan, sengaja dilambat-lambatkan atau diakhirkan penyelesaiannya. Menunda juga berarti mengabaikan kesempatan yang dimiliki, kesempatan dibiarkan berlalu tanpa hasil, dan memilih mengakhiri pekerjaan.<sup>13</sup>

Tertundanya suatu pekerjaan bisa disebabkan karena kesibukan menyelesaikan pekerjaan lain yang kurang penting, bisa juga menunda pekerjaan dilakukan dengan sengaja dan menjadi kebiasaan sehari-hari. Biasanya faktor utama menunda-nunda pekerjaan adalah sikap malas yang diikuti perhitungan, bahwa masih banyak kesempatan untuk menyelesaikan kewajiban atau tugas-tugas yang diamanahkan.

Tidak banyak yang menyadari, kebiasaan menunda-nunda pekerjaan merupakan awal dari datangnya masalah besar. Kebiasaan ini termasuk dalam kategori akhlak buruk yang sangat merugikan dan

---

<sup>13</sup> Ahmad Zain an-Najah, *Jangan Menunda-Nunda Pekerjaan*, Madina Majelis Dakwah Islam Indonesia, 2016, hlm. 1.

menyebabkan jiwa lemah. Penundaan merupakan pupuk yang menghambat pertumbuhan. Jika terlalu lama membuat keputusan untuk sebuah peluang yang tiba-tiba datang, peluang itu akan hilang.

Seandainya kita merencanakan melakukan sesuatu pekerjaan, lakukanlah saat ini juga dan jangan menunda-nundanya sampai esok hari, karena kita tidak tahu apa yang terjadi pada hari besok. Allah berfirman,

﴿ وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴾

Artinya : “Dan bersegeralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk orang-orang yang bertakwa.” (Ali Imran : 133).

﴿ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَوَهَبْنَا لَهُ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُ زَوْجَهُ إِنَّهُمْ كَانُوا يُسْرِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا وَكَانُوا لَنَا خَشِيعِينَ ﴾

Artinya : “Sesungguhnya mereka adalah orang-orang yang selalu bersegera dalam (mengerjakan) perbuatan-perbuatan yang baik dan mereka berdoa kepada Kami dengan harap dan cemas. Dan mereka adalah orang-orang yang khusyuk kepada Kami.” (Al-Anbiya’ : 90).

﴿ أُولَٰئِكَ يُسْرِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ هَا سَاعِقُونَ ﴾

Artinya : “Mereka itu bersegera untuk mendapat kebaikan-kebaikan, dan merekalah orang-orang yang segera memperolehnya.” (Al-Mukminun : 61)..

Ketiga ayat di atas menunjukkan bahwa sifat orang yang bertaqwa dan hamba-hamba Allah yang do’a mereka akan didengar dan dikabulkan Allah adalah orang – orang yang bersegera di dalam mengerjakan kebaikan dan tidak menunda-nunda suatu amal.

Ada seseorang bertanya kepada Umar bin Abdul Aziz, “Sebaiknya tuan bertamasya dan beristirahat.” Beliau bertanya, “Jika saya beristirahat siapa yang menggantikmu? Mereka berkata, “Anda bisa menundanya sampai besok.” Beliau berkata, “Pekerjaan satu hari saja sudah menyusahkanku, apalagi kalau saya harus mengerjakan dua pekerjaan dalam satu hari.”

Seorang penyair pernah menulis bait-baitnya dalam masalah ini:

“Harimu kemarin telah berlalu sebagai saksi bagimu, kemudian datang hari baru untukmu.....

Hari ini adalah harimu, manfaatnya untuk kamu, sedang hari kemarin tidak akan kembali lagi ....

Jika hari kemarin anda telah melakukan kesalahan, maka segera anda ikuti dengan perbuatan baik, sedang anda mensyukurinya.....

Maka janganlah anda sekali-kali menangguhkan perbuatan baik sampai besok hari, barangkali besok hari tiba, sedang anda sudah tiada... ..”<sup>14</sup>

Orang Barat mengatakan, “*Tomorrow Never Comes*”, “Besok tidak akan pernah datang.” Artinya jika anda selalu mengundurkan suatu pekerjaan pada esok harinya, jangan-jangan anda sudah meninggal terlebih dahulu, sehingga besok bagi anda tidak pernah datang selamanya.

Salah satu penyebab kekalahan orang-orang Arab pada zaman sekarang, karena kebiasaan menunda pekerjaan yang mestinya bisa dikerjakan hari ini, menjadi hari besok.

Sudah menjadi hal yang lumrah jika mengurus berkas di kantor manapun juga, baik di lembaga-lembaga resmi pemerintah maupun di lembaga-lembaga pendidikan, maka yang sering kita dengar kata-kata “Bukroh”, artinya diundur besok saja. Dan ketika besoknya kita datang, maka terdengar kata-kata “Bukroh” lagi. Padahal kalau kita perhatikan,

---

<sup>14</sup> Ahmad Zain an-Najah, *Jangan Memunda-Nunda Pekerjaan*, Madina Majelis Dakwah Islam Indonesia, 2016, hlm. 1.

mereka tidak punya kesibukan, hanya minum kopi dan teh saja, memang sifatnya pemalas.

Suka menunda adalah kebiasaan orang yang malas dan tidak menghargai waktu. Orang seperti ini biasanya tidak mempunyai rencana hidup yang jelas, tidak punya cita-cita yang tinggi, tidak biasa melakukan pengorbanan untuk sebuah perjuangan. Kebiasaan menunda juga berakibat fatal pada kesehatan jiwa, karena akan terus menerus menyerang kebahagiaan dirinya. Karena dengan menunda suatu pekerjaan berarti terdapat beban mental dalam dirinya, dan akan terus terbayang-bayang dalam dirinya bahwa tugasnya belum selesai. Hal ini sering membuat seseorang menjadi stress memikirkan beban tersebut. Apalagi kalau sudah mendekati dead line atau batas akhir tugas tersebut, maka jiwanya akan merasa dikejar-kejar, dan pikiran menjadi kacau. Dari situlah muncul gejala stroke, darah tinggi dan lain-lainnya.

## 2. Bimbingan dan Konseling Islam

### a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Secara etimologis kata “Bimbingan” merupakan terjemahan dari kata “*Guidance*” berasal dari kata kerja “*to guide*” yang mempunyai arti menunjukkan, membimbing, menuntun ataupun membantu. Sesuai dengan istilahnya, maka secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai bantuan atau tuntunan.<sup>15</sup>

Hal ini terdapat beberapa pendapat dari berbagai pakar mengenai definisi bimbingan itu sendiri, salah satunya menurut pendapatnya Ahmadi yang mengatakan bahwa pengertian dari bimbingan secara luas ialah suatu proses pemberian bantuan yang secara terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan berbagai masalah yang dihadapinya, agar tercapai suatu kemampuan untuk dapat memahami dirinya sendiri, kemampuan untuk menerima dirinya, kemampuan untuk merealisasikan dirinya sesuai

---

<sup>15</sup>A.Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta, Ciputat Press, 2002. hlm. 3

dengan potensi atau kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik dalam lingkup keluarga, sekolah dan masyarakat.<sup>16</sup> Pengertian di atas selaras dengan pendapatnya Sukardi yang mengatakan bahwa bimbingan merupakan suatu bantuan yang diberikan kepada individu dalam menentukan pilihan dan dalam mengadakan penyesuaian secara logis dan dan nalar.<sup>17</sup> Kesimpulan dari pengertian beberapa tokoh di atas adalah bimbingan itu bisa diartikan pemberian bantuan kepada individu yang memiliki masalah.

Kata “konseling” diadopsi dari bahasa Inggris “*Counseling*” di dalam kamus artinya dikaitkan dengan kata “*counsel*” memiliki beberapa arti, yaitu nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*) dan pembicaraan (*to take counsel*). Berdasarkan arti di atas, konseling secara etimologis berarti pemberian nasihat, anjuran, dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.<sup>18</sup> Sedangkan dalam Kamus Bahasa Indonesia konseling berasal dari kata konseli yang memiliki makna orang yang membutuhkan bantuan dan konselor memiliki makna penasihat. Jadi konseling berarti pemberian nasihat kepada orang yang membutuhkan bantuan.<sup>19</sup> Dalam hal ini terdapat beberapa pendapat mengenai definisi konseling salah satunya definisi konseling menurut Mortensen dalam Tohirin menyatakan bahwa konseling merupakan proses hubungan antar pribadi di mana orang yang satu sebagai penolong dan pembantu (konselor) terhadap orang lain yang dibantu dan ditolong (konseli) untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan untuk menemukan dan menyelesaikan masalahnya.<sup>20</sup>

Sedangkan menurut Donald G. Sebagaimana dikutip dalam bukunya Ahmadi yang berjudul *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*

---

<sup>16</sup>Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, *Bimbingan dan Konseling Di sekolah*, Jakarta, PT. Rieneka Cipta, 1991. hlm. 4

<sup>17</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta, PT Bina Aksara, 1988. hlm.1

<sup>18</sup>*Ibid.*, hlm. 21-22

<sup>19</sup>Peter Salim dan Yenny Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, Jakarta, Modern English Pres, 1991, hlm.764

<sup>20</sup>Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2001, hlm. 23

mengatakan bahwa konseling merupakan proses hubungan seorang dengan seorang yang lainnya untuk meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi masalahnya.<sup>21</sup> Berbeda lagi dengan pendapatnya Smith dalam bukunya Prayitno dan Erman Amti yang berjudul *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, bahwa konseling adalah suatu proses di mana konselor membantu konseli membuat interpretasi-interpretasi tentang fakta yang berhubungan dengan pilihan, rencana, atau penyesuaian yang perlu dibuatnya.<sup>22</sup> Sedangkan konseling menurut pendapat Sukardi adalah hubungan timbal balik di antara dua orang individu, di mana yang seorang (konselor) berusaha membantu yang lain (konseli) untuk mencapai atau mewujudkan pemahaman tentang dirinya sendiri dalam kaitannya dengan masalah atau kesulitan yang dihadapinya pada saat ini dan pada waktu mendatang.<sup>23</sup> Pada dasarnya pengertian konseling adalah pemberian bantuan kepada klien dalam menyelesaikan masalah ataupun kesulitan yang sedang dihadapinya.

Secara etimologis (asal-usul kata) kata “Islam” berasal dari bahasa Arab: salima yang artinya selamat. Dari kata itu terbentuk aslama yang artinya menyerahkan diri atau tunduk dan patuh. Sebagaimana firman Allah SWT:

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿١١٢﴾

Artinya: “*Bahkan, barangsiapa aslama (menyerahkan diri) kepada Allah, sedang ia berbuat kebaikan, maka baginya pahala di sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak pula bersedih hati*”<sup>24</sup>(QS. Al-Baqarah : 112)

<sup>21</sup> Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, *Op.Cit.*, hlm. 22

<sup>22</sup> Prayitno dan Erman Amti, 2004, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta, Rineka Cipta, hlm. 100

<sup>23</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Op.Cit.*, hlm.168.

<sup>24</sup> Al-Qur'an terjemah, 1997, hlm. 18

Secara terminologis (istilah / makna) dapat dikatakan, Islam adalah agama wahyu berintikan tauhid atau keesaan Tuhan yang diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad Saw sebagai utusan-Nya yang terakhir dan berlaku bagi seluruh manusia, di mana pun dan kapan pun, yang ajarannya meliputi seluruh aspek kehidupan manusia.

Bimbingan islam merupakan proses bimbingan sebagaimana kegiatan bimbingan lainnya, tetapi dalam seluruh seginya berlandaskan ajaran islam artinya berdasarkan Al Qur'an dan Sunah Rasul. Bimbingan islam merupakan proses pemberian bantuan artinya bimbingan tidak menentukan atau mengharuskan melainkan sekedar membantu individu, individu dibantu, dibimbing agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT maksudnya sebagai berikut:

- Hidup selaras dengan ketentuan Allah SWT artinya sesuai dengan kodratnya yang ditentukan Allah SWT, sesuai dengan sunnatullah dan sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk Allah SWT
- Hidup selaras dengan petunjuk Allah SWT artinya sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan Allah SWT melalui Rasulnya (ajaran islam)
- Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT berarti menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah SWT yang diciptakan Allah SWT untuk mengabdikan kepadanya, mengabdikan dalam arti seluas-luasnya<sup>25</sup>

#### **b. Landasan Bimbingan dan Konseling Islam**

Landasan (fondasi atau dasar pijak) untuk bimbingan dan konseling islam adalah Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, sebab keduanya

---

<sup>25</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2001, hlm. 4

merupakan sumber dari segala sumber segala pedoman kehidupan umat islam, seperti disebutkan oleh Nabi Muhammad SAW sebagai berikut:

تَرَكْتُ فِيكُمْ أَمْرَيْنِ لَنْ تَضِلُّوا مَا تَمَسَّكْتُم بِهِمَا كِتَابَ اللَّهِ وَسُنَّةَ نَبِيِّهِ

Artinya: “*Aku tinggalkan kepada kamu dua perkara yang jika kamu berpegang teguh dengan keduanya kamu sekalian tidak akan sesat yaitu Kitabullah dan Sunnah Rasul-Nya (HR Ibnu Majah).*”<sup>26</sup>

Disebutkan dalam ayat lain bahwa dengan mengamalkan Al-Qur’an dan Sunnah Rasul maka seorang konselor itu dapat menghasilkan kecenderungan emosi dan spiritual yang sangat tinggi. Allah berfirman:

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Artinya: “*Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma’ruf dan mencegah dari yang munkar, merekalah orang-orang yang beruntung.*”<sup>27</sup> (QS. Ali Imran : 104)

Kata Ma’ruf dalam terjemahan tersebut merupakan segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah; sedangkan munkar ialah segala perbuatan yang menjauhkan kita dari pada-Nya. Pada ayat tersebut memberi kejelasan bahwa dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling akan mengarahkan seseorang pada kesuksesan dan kebajikan.

<sup>26</sup>Imam Malik, *Al Muwaththa*, Daar Ihyaa Al Turaats Al ‘Arabi him.899

<sup>27</sup>Al-Qur’an dan terjemahnya

### c. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Secara garis besar atau secara umum, tujuan bimbingan dan konseling Islam itu dapat dirumuskan sebagai membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat. Bimbingan dan konseling sifatnya hanya merupakan bantuan, hal itu sudah diketahui dari pengertian atau definisinya. Individu yang dimaksud di sini adalah orang yang dibimbing atau diberi konseling, baik orang perorangan ataupun kelompok. “mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya” berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakekatnya sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsure dirinyan dan pelaksanaan fungsi atau kedudukanya sebagai makhluk Allah SWT (makhluk religius), makhluk individu, makhluk social dan sebagai makhluk berbudaya.

Dengan demikian, secara singkat tujuan bimbingan dan konseling Islam itu dapatlah dirumuskan sebagai berikut:

#### 1) Tujuan umum

Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.

#### 2) Tujuan khusus

Meliputi:

- a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
- b) Membantu individu menghadapi masalah yang sedang dihadapinya.
- c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.<sup>28</sup>

---

<sup>28</sup> Masturin dan Zaenal Khafidin, *BKI Pendidikan*, Buku Daras, hlm.8-11

#### **d. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam**

Dengan memperhatikan tujuan umum dan khusus bimbingan dan konseling islam memiliki fungsi, fungsi bimbingan konseling islam itu adalah:

1) Fungsi Preventif

Membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah

2) Fungsi Kuratif atau Korektif

Membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi

3) Fungsi Preservatif

Membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan bagian itu bertahan lama (*in state of good*)

4) Fungsi Developmental

Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya<sup>29</sup>

Pengertian fungsi bisa diartikan guna atau manfaat jadi disini fungsi dari bimbingan konseling adalah bagaimana memfungsikan keempat fungsi dari bimbingan konseling yang dijelaskan diatas.

#### **e. Metode dan Teknik Bimbingan dan Konseling Islam**

Metode lazim diartikan sebagai cara untuk mendekati masalah sehingga diperoleh hasil yang memuaskan, sementara tehnik merupakan penerapan metode tersebut dalam praktek. Metode bimbingan dan konseling islam dikelompokan sebagai berikut:

1) Metode Langsung

Metode langsung (metode komunikasi langsung) adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci lagi menjadi:

---

<sup>29</sup> Aunur Rahim Faqih, *Op Cit*, hlm. 37

**a) Metode Individual**

Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individu dengan pihak yang dibimbingnya, dengan tehnik:

- Percakapan pribadi, yaitu pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dibimbing
- Kunjungan rumah (*home visit*), yaitu pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilakukan dirumah, sekaligus untuk mengamati kegiatan rumah klien dan lingkungannya
- Kunjungan dan observasi kerja, yaitu pembimbing melakukan bimbingan sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya

**b) Metode kelompok**

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok, hal ini dapat dilakukan dengan tehnik-tehnik:

- Diskusi kelompok, yaitu pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi bersama kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama
- Karyawisata, yaitu bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan forum karyawisata
- Sosiodrama, yaitu bimbingan konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah
- Psikodrama, yaitu bimbingan konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah
- Group teaching, yaitu pemberian bimbingan konseling dengan memberikan materi bimbingan konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan

## 2) Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung (metode komunikasi tidak langsung) adalah metode bimbingan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi masa. Hal ini dapat dilakukan secara individu maupun kelompok.

### a) Metode Individual

- Melalui surat menyurat
- Melalui telfon

### b) Metode kelompok

- Melalui papan bimbingan
- Melalui surat kabar atau majalah
- Melalui brosur
- Melalui radio
- Melalui televisi<sup>30</sup>

Jadi metode bisa berarti jalan atau cara yang harus di lalui untuk mencapai tujuan tertentu, jadi jalan atau cara yang dilakukan untuk mengendalikan perilaku prokrastinasi akademik dalam penelitian ini adalah metode langsung dan metode tidak langsung yang mencakup metode individu dan kelompok.

## f. Pelayanan Bimbingan Konseling Islam di Sekolah

Konselor merupakan petugas professional, artinya secara formal mereka telah disiapkan oleh lembaga atau institusi pendidikan yang berwenang. Mereka dididik secara khusus untuk menguasai seperangkat kompetensi yang diperlukan bagi pekerjaan bimbingan dan konseling. Jadi dengan demikian dapatlah dikatakan bahwa konselor sekolah memang sengaja dibentuk atau disiapkan untuk menjadi tenaga-tenaga yang profesional dalam pengetahuan, pengalaman dan kualitas pribadinya dalam bimbingan dan konseling.

---

<sup>30</sup>Amur Rahim Faqih, *Op Cit*, hlm. 54-55

Secara khusus dan luas tugas-tugas konselor sekolah dirumuskan sebagai berikut:

1. Bertanggung jawab tentang kelangsungan pelaksanaan layanan konseling disekolah.
2. Mengumpulkan, menyusun, mengolah, serta menafsirkan data, yang kemudian dapat dipergunakan oleh semua staf bimbingan disekolah.
3. Memilih dan mempergunakan berbagai instrument test psikologis untuk memperoleh berbagai informasi mengenai bakat khusus, minat, kepribadian dan intelegensinya untuk masing-masing siswa.
4. Melaksanakan bimbingan kelompok maupun bimbingan individual (wawancara konseling).
5. Membantu petugas bimbingan untuk mengumpulkan, menyusun dan mempergunakan informasi tentang berbagai permasalahan pendidikan, pekerjaan, jabatan atau karir, yang dibutuhkan oleh guru bidang studi dalam proses belajar mengajar.
6. Melayani orang tua wali murid ingin mengadakan konsultasi tentang anak-anaknya.

Dasar pemikiran penyelenggaraan bimbingan dan konseling di Sekolah/Madrasah, bukan semata-mata terletak pada ada atau tidak adanya landasan hukum (perundang-undangan) atau ketentuan. Namun yang lebih penting adalah menyangkut upaya memfasilitasi peserta didik yang selanjutnya disebut konseli, agar mampu mengembangkan potensi dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangannya (menyangkut aspek fisik, emosi, intelektual, sosial, dan moral-spiritual).

Konseli sebagai seorang individu yang sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*on becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan tersebut, konseling memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan

lingkungannya, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Konseling juga bisa difungsikan untuk mengendalikan perilaku prokrastinasi akademik.

### **3. Bimbingan Konseling Kelompok**

#### **a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama. Bimbingan kelompok juga dapat diartikan sebagai bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

Bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai suatu upaya bimbingan yang dilakukan melalui situasi, proses dan kegiatan kelompok. Sasaran bimbingan kelompok adalah individu-individu dalam kelompok agar individu yang diberikan bimbingan mendapatkan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri dalam menuju perkembangan optimal.<sup>31</sup>

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Dalam layanan bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama di kelompok. Masalah yang menjadi topik pembicaraan dalam layanan

---

<sup>31</sup>Mutiara Muslimah, *Layanan Bimbingan Kelompok Dan Konseling Kelompok*, Jurnal Psikologi, 2016, hlm. 2.

bimbingan kelompok, dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok di bawah bimbingan pemimpin kelompok (pembimbing atau konselor).

Dalam layanan bimbingan kelompok harus dipimpin oleh pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik pelayanan bimbingan dan konseling.

#### **b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok**

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.

Selain itu, tujuan khusus bimbingan kelompok ialah:

- Melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya.
- Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok
- Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya.
- Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok.
- Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial
- Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber (terutama guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Bahan yang dimaksudkan dapat juga dipergunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.

#### c. Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok

Fungsi dari layanan bimbingan kelompok diantaranya adalah sebagai berikut :<sup>32</sup>

1. Memberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi di lingkungan sekitar.
2. Mempunyai pemahaman yang efektif, objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal tentang apa yang mereka bicarakan.
3. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan sendiri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
4. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap sesuatu hal yang buruk dan memberikan dukungan terhadap sesuatu hal yang baik.
5. Melaksanakan kegiatan-kegiatan yang nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana apa yang mereka programkan semula.

#### d. Teknik Layanan Bimbingan Kelompok

Ada beberapa teknik yang bisa diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok, yaitu:<sup>33</sup>

- 1) Teknik Umum

---

<sup>32</sup>*Ibid*, hlm. 3.

<sup>33</sup>*Ibid*, hlm. 6.

Dalam teknik ini, dilakukan pengembangan dinamika kelompok. Secara garis besar meliputi:

- a. komunikasi multi arah secara efektif, dinamis dan terbuka.
- b. Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis dan pengembangan argumentasi
- c. Dorongan minimal untuk memantapkan respons dan aktivitas anggota kelompok
- d. Penjelasan, pendalaman dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan
- e. Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikendaki.

## 2) Permainan kelompok

Permainan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang memuat materi pembinaan atau materi layanan tertentu. Permainan kelompok yang efektif dan dapat dijadikan sebagai teknik dalam layanan bimbingan kelompok harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Sederhana
- b. Mengembirakan
- c. Menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan
- d. Meningkatkan keakraban
- e. Diikuti oleh semua anggota kelompok.

## e. Tahapan Konseling Kelompok

### 1. Prakonseling

Tahap prakonseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut pertimbangan

homogenitas. Penting sekali pada tahapan ini konselor menanamkan harapan pada anggota kelompok agar bahu membahu mewujudkan tujuan bersama sehingga proses konseling akan berjalan efektif.<sup>34</sup>

## 2. Tahap Permulaan

Tahap ini ditandai dengan dibentuknya struktur kelompok. Black menguraikan secara sistematis langkah yang dijalani pada tahap permulaan adalah pengenalan, pengungkapan tujuan yang ingin dicapai, penjelasan aturan dan penggalian ide dan perasaan. Adapun tujuan yang ingin dicapai pada tahap ini adalah anggota kelompok dapat saling percaya satu sama lain serta menjaga hubungan yang berpusat pada kelompok melalui saling memberi umpan balik, memberi dukungan, saling toleransi terhadap perbedaan dan saling memberi penguatan positif.

## 3. Tahap Transisi

Tahap ini disebut Prayitno sebagai tahap peralihan. Hal umum yang sering terjadi pada tahap ini adalah terjadinya suasana ketidakseimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Konselor diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama dirumuskan dan diketahui penyebabnya. Dan konselor sebagai pemimpin kelompok harus dapat mengontrol dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarganya sendiri.

## 4. Tahap Kerja

Prayitno menyebut tahap ini sebagai tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan langkah selanjutnya yaitu menyusun rencana tindakan. Kegiatan kelompok pada tahap ini dipengaruhi pada tahapan sebelumnya. Jadi apabila

---

<sup>34</sup>*Ibid*, hlm. 13.

pada tahap sebelumnya berlangsung dengan efektif maka tahap ini juga dapat dilalui dengan baik, begitupun sebaliknya. Apabila tahap ini berjalan dengan baik, biasanya anggota kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa mengharapkan campur tangan pemimpin kelompok lebih jauh.<sup>35</sup>

#### 5. Tahap Akhir

Tahap ini adalah tahapan dimana anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dari kelompok. Umpan balik adalah hal penting yang sebaiknya dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok. Hal ini dilakukan untuk menilai dan memperbaiki perilaku kelompok apabila belum sesuai.

Sehubungan dengan pengakhiran kegiatan, Prayitno mengatakan bahwa kegiatan kelompok harus ditujukan pada pencapaian tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok. Apabila pada tahap ini terdapat anggota yang memiliki masalah belum dapat terselesaikan pada tahap sebelumnya, maka pada tahap ini masalah tersebut harus diselesaikan.

Konselor dapat memastikan waktu yang tepat untuk mengakhiri proses konseling. Apabila anggota kelompok merasakan bahwa tujuan telah tercapai dan telah terjadi perubahan perilaku maka proses konseling dapat segera diakhiri.

#### 6. Pascakonseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya konselor menetapkan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi bahkan sangat diperlukan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir.<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup>*Ibid*, hlm. 14.

<sup>36</sup>*Ibid*, hlm. 15

Konselor dapat menyusun rencana baru atau melakukan perbaikan pada rencana yang telah dibuat sebelumnya. Apapun hasil dari proses konseling kelompok yang telah dilakukan seyogyanya dapat memberikan peningkatan pada seluruh anggota kelompok. Karena inilah inti dari konseling kelompok yaitu untuk mencapai tujuan bersama.

#### **B. Pengendalian Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Bimbingan Konseling Islam Kelompok**

Salah satu tugas siswa adalah mencapai prestasi semaksimal mungkin. Ukuran keberhasilan dapat dilihat dari nilai yang didapatkan. Nilai-nilai tersebut dapat dilihat dari nilai yang dicapai di tiap semesternya baik pada ulangan harian, Ulangan Tengah Semester (UTS) maupun Ulangan Akhir Semester (UAS). Ketika siswa tidak bisa mencapai nilai standar yang telah ditetapkan, maka kemungkinan besar ia akan remidi bahkan tidak naik kelas.

Terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan prestasi siswa, salah satunya adalah prokrastinasi akademik. Perilaku prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda-nunda pekerjaan yang dilakukan dengan sengaja terhadap suatu tugas siswa tersebut. Pada dasarnya ia mampu melakukannya, akan tapi banyak faktor yang mendorong ia bersikap prokrastinasi tersebut.<sup>37</sup>

Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas. Prokrastinasi akademik adalah prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik.

Rizvi dalam Rumiani mengemukakan bahwa faktor motivasi internal yang rendah dapat mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sebab, ketika seseorang memiliki motivasi yang rendah, maka ia akan malas untuk memulai suatu pekerjaan sehingga kinerjanya akan menurun. Woolfolk menyatakan bahwa motivasi berprestasi sebenarnya

---

<sup>37</sup> Christinalia Selfie Umatan, *Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya*, Surabaya, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Surabaya, 2013, hlm.2

memiliki aspek maintaining yaitu menjaga agar perilaku yang dimaksud tetap stabil. Seorang Prokrastinator mudah sekali terganggu oleh interupsi dari luar yang tampak menyenangkan. Individu yang memiliki motivasi berprestasi yang rendah biasanya menggunakan *self handicapping strategy*, dan strategi ini biasanya juga dipakai oleh prokrastinator.<sup>38</sup>

Banyak faktor ketika siswa melakukan prokrastinasi, diantaranya yaitu karena kurangnya motivasi baik dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah, selalu dihindari rasa malas, stress karena banyak pekerjaan lain yang membuat siswa tersebut lebih memilih kerjaan lain dibandingkan dengan akademiknya. Faktor prestasi juga sangat berpengaruh, dikarenakan kurang pandai seseorang dalam bidang akademik. Pada dasarnya siswa yang seperti ini harus diberikan bimbingan setuntas-tuntasnya.

Nilai agama yang harus dimiliki siswa yaitu mempunyai pedoman hidup yang kuat. Karena pada dasarnya manusia memiliki fitrah untuk beriman kepada Allah. Sebagaimana firman Allah dalam surat Ar-Ruum ayat 30 yang artinya:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ  
اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya: “Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah), (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.”<sup>39</sup>

Berdasarkan ayat ini, dijelaskan bahwa manusia memiliki fitrah untuk beriman kepada Allah, tetapi karena faktor lingkungan, maka fitrah tersebut tidak bisa berkembang sebagaimana mestinya, melainkan menyimpang ke arah yang lain. Jadi, sifat menunda-nunda yang dimiliki oleh siswa itu lebih kepada faktor lingkungan. Lingkunganlah yang menjadikan ia bermalas-

<sup>38</sup>Rumiani, *Op Cit*, hlm.41

<sup>39</sup>*Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, Kudus, Menara Kudus, hlm. 408

malasan, tidak percaya diri. Peran bimbingan konseling islam dalam perilaku prokrastinasi pada dasarnya sangat berpengaruh. Jika seorang siswa mempunyai nilai agama yang kuat, maka ia akan menghilangkan sifat menunda-nunda tersebut.

Prokrastinasi yang dilakukan seseorang menjadi indikasi kurangnya motivasi berprestasi seseorang untuk tampil optimal sepertising terlambat, persiapan yang terlalu lama sehingga tidak mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Seorang siswa sebagai penerus bangsa diharapkan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi yang ditunjukkan dengan semangat hidup yang tinggi, ulet, optimis, dan memiliki dorongan untuk meraih sukses.<sup>40</sup>

Oleh karena itu, motivasi perlu diberikan kepada setiap siswa setiap hari. Dukungan yang kuat baik dari guru maupun orang tua harus berjalan dengan seimbang agar siswa terbentuk menjadi pribadi yang tidak mudah menyerah. Sehingga, jika ada siswa yang melenceng dari aturan, sebaiknya diberikan bimbingan konseling yang tepat.

Bimbingan konseling islam pendidikan berarti suatu proses membantu orang perorangan dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungan hidupnya yang melibatkan dunia pendidikan. Untuk itu, perlu adanya tenaga atau petugas bimbingan mengenal ruang lingkup kehidupan siswa atau mahasiswa.<sup>41</sup> Setiap sekolah hendaknya melaksanakan program bimbingan dan konseling, kemudian menugaskan konselor yang telah mendapatkan latihan profesional dalam bidangnya.

Layanan yang digunakan oleh konselor dalam menyikapi siswa yang berperilaku prokrastinasi dalam akademiknya adalah dengan menggunakan bimbingan akademik. Pelayanan bimbingan akademik untuk sebagian besar disalurkan melalui kegiatan bimbingan kelompok, baik di jenjang pendidikan menengah maupun pendidikan tinggi untuk sebagian kecil dapat disalurkan melalui bimbingan individual.<sup>42</sup> Penyelenggaraan bimbingan kelompok antara

---

<sup>40</sup>Rumiani, *Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa*, Semarang, Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, 2006, hlm. 38

<sup>41</sup>Masturindan Zainal Khafidin, *BKI Pendidikan*, Kudus, Buku Daras, 2008, hlm. 47

<sup>42</sup>*Ibid*, hlm. 42

lain dimaksudkan untuk membantu mengatasi masalah bersama atau membantu individu yang menghadapi masalah dengan menempatkannya dalam suatu kehidupan kelompok.

Berdasarkan beberapa metode kelompok BKI Pendidikan, yang cocok diterapkan pada siswa yang mengalami perilaku prokrastinasi akademik adalah layanan kegiatan kelompok, dimana kegiatan ini memberikan kesempatan kepada individu untuk berpartisipasi secara baik. Melalui kegiatan kelompok dapat mengembangkan bakat dan menyalurkan dorongan-dorongan tertentu. Selain itu, setiap siswa memperoleh kesempatan untuk menyumbangkan pikirannya. Dengan demikian akan muncul tanggung jawab. Sehingga, siswa-siswa yang memiliki perilaku prokrastinasi mempunyai semangat dalam bidang akademiknya.<sup>43</sup>

Setiap siswa ketika diberi kesempatan untuk memimpin teman-temannya dalam membuat pekerjaan bersama, maka kepercayaan dirinya tumbuh dan ia memperoleh harga diri. Dengan begitu, ia akan lebih mempunyai porsi yang penting dalam kelompok tersebut. Sehingga perilaku prokrastinasi yang melekat pada siswa tersebut perlahan-lahan akan hilang dengan sendirinya karena belajar kelompok dapat menjadikan setiap siswa mempunyai motivasi yang kuat dan dapat meningkatkan prestasi.

### C. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu yang dapat dijadikan rujukan untuk penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti antara lain sebagai berikut: *Pertama*, penelitian yang dilakukan oleh Dwi Aliyatunnisa' yang berjudul *Upaya Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik (Penundaan Tugas) Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X-1 SMA N 1 Welahan Jepara Tahun Pelajaran 2011/2012*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan

---

<sup>43</sup>*Ibid*, hlm. 167

kelompok dapat mengatasi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas X-1 SMA N 1 Welahan Jepara.<sup>44</sup>

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Arifah Pujiyanti dengan judul Hubungan Intensitas Mengikuti Mentoring (LIQA') di Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa IAIN Walisongo Semarang Tahun 2013. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif kolerasional. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa intensitas mengikuti mentoring (liqa') termasuk dalam kriteria tinggi. Sedangkan prokrastinasi akademik mahasiswa IAIN Walisongo Semarang termasuk dalam kriteria cukup. Dengan demikian, ada hubungan negatif antara intensitas mengikuti liqa' di Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim dengan prokrastinasi akademik mahasiswa IAIN Walisongo Semarang.<sup>45</sup>

*Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Herasti Widyari dengan judul penelitian "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP Negeri 86 DPN Jakarta 2011. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasil dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa SMP. Hal tersebut dapat diketahui berdasarkan perolehan nilai koefisien korelasi sebesar 0,988 atau p mendekati 1. Dengan taraf signifikansi pada korelasi koefisien Phi, dimana jika angka korelasi mendekati 1, maka korelasi akan semakin kuat.<sup>46</sup>

Dapat disimpulkan bahwa dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti terdahulu di atas terdapat persamaan dan perbedaan dari ketiganya dengan

---

<sup>44</sup>Dwi Aliyatunnisa', "Upaya Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik (Penundaan Tugas) Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X-1 SMA N 1 Welahan Jepara Tahun Pelajaran 2011/2012". Skripsi Prodi Bimbingan dan Konseling, fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus. Tahun 2012.

<sup>45</sup> Arifah Pujiyanti, "Hubungan Intensitas Mengikuti Mentoring (LIQA') di Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa IAIN Walisongo Semarang". Skripsi Prodi BKI, Fakultas Dakwah, IAIN Walisongo Semarang. Tahun 2013. <http://library.walisongo.ac.id/digilib/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jtptiain--arifahpuji-6705&q=prokrastinasi> diunduh 25-09-2014

<sup>46</sup> Herasti Widyari, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP siswa SMP Negeri 86 DPN Jakarta 2011". Skripsi Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma. Tahun 2011. <http://library.gunadarma.ac.id/repository/view/20285/hubungan-kontrol-diri-dengan-prokrastinasi-akademik-pada-siswa-smp.html> diunduh 25-09-2014

judul peneliti sendiri. *Pertama*, persamaan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Aliyatunnisa' dengan judul penelitian "Upaya Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Siswa Kelas X-1 SMA N 1 Welahan Jepara Tahun Pelajaran 2011/2012" dengan penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif. Perbedaan penelitian Dwi Aliyatunnisa' dengan penelitian ini adalah jika Dwi lebih membahas bimbingan kelompok untuk mengatasi perilaku prokrastinasi akademik, sedangkan penelitian ini lebih mengarah bimbingan konseling Islam untuk mengendalikan perilaku prokrastinasi akademik peserta didik yang dilakukan guru BK.

*Kedua*, persamaan penelitian yang dilakukan oleh Arifah Pujiyanti dengan judul Hubungan Intensitas Mengikuti Mentoring (LIQA') di Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa IAIN Walisongo Semarang tahun 2013 dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang perilaku prokrastinasi akademik peserta didik. Sedangkan, perbedaannya yaitu jika penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan membahas tentang pengendalian perilaku prokrastinasi akademik di Madrasah Aliyah Abadiyah Desa Kuryokalangan Kecamatan Gabus Kabupaten Pati, sedangkan penelitian yang dilakukan Arifah Pujiyanti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan hasil penelitian adalah ada hubungan negatif intensitas mengikuti mentoring (liqa') di Pesantren Mahasiswa Qolbun Salim dengan prokrstnasi akademik mahasiswa IAIN Walisongo Semarang.

*Ketiga*, persamaan penelitian yang dilakukan oleh Herasti Widyari dengan judul penelitian Hubungan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP Negeri 86 DPN Jakarta 2011 dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang perilaku prokrastinasi akademik. Perbedaannya penelitian ini menggggunakan pendekatan kualitatif sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Herasti Widyari menggunakan pendekatan kuantitatif.

**D. Kerangka Berfikir**

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berfikir**

