



Bimbingan Kelompok Teknik Role Play Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa

Hafit Riansyah, Hengki Satrianta, Astriyaningsih
Bimbingan dan Konseling Universitas Indraprasta PGRI
E-mail koresponden: hafit.riansyah@unindra.ac.id

Abstract: Academic procrastination is often done by students. This conditions need special handling through the BK service. One of the things that can be done is through role play in group guidance services. The aim of this study was to determine the impact of role play in group guidance to reduce student's academic procrastination. This research used quantitative approach with the quasi-experimental method. Data was collected by questionnaire. Data was analyzed with use paired sample t test. The result from this study was role play in group guidance effective to reduce student's academic procrastination.

Keywords: role play, academic procrastination

Abstrak: Prokrastinasi akademik sering dilakukan oleh siswa. Kondisi ini perlu penanganan khusus melalui layanan BK. Salah satu hal yang bisa dilakukan adalah melalui role play dalam layanan bimbingan kelompok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak permainan peran dalam bimbingan kelompok untuk mengurangi prokrastinasi akademik siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen. Data dikumpulkan dengan kuesioner. Data dianalisis dengan menggunakan *paired sample t test*. Hasil penelitian ini adalah role play dalam bimbingan kelompok efektif untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.

Kata Kunci: role play, Prokrastinasi Akademik

Open Access

Artikel diterima: 13 November 2017; direvisi: 3 Januari 2018; disetujui: 30 Januari 2018



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). Tersedia online di : <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus>

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan dalam berbagai kehidupan berbangsa dan bernegara berada pada kendali kualitas sumber daya manusia (SDM). Penekanan ini menunjukkan komitmen bangsa yang sangat besar untuk mengejar keunggulan dalam era persaingan global. SDM yang berkualitas dicirikan dengan sanggup menguasai suatu bidang keahlian dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, pelaksanaan pekerjaan secara profesional, serta mampu menghasilkan inovasi yang berkualitas.

Untuk memunculkan kualitas tersebut maka dibutuhkan sejumlah kompetensi kunci. Disiplin, kreatif dan etos kerja yang tinggi adalah indikator SDM yang berkualitas. Indikator ini dapat menjadi kata kunci dalam pengembangan kualitas yang dimaksud. Kedisiplinan merupakan sikap yang harus ditingkatkan, karena memberi manfaat dan sumbangan yang besar, apalagi pada negara yang masih berkembang seperti negara Indonesia. Kreativitas mengacu pada inovasi dalam memajukan suatu hal yang telah ada. Sedangkan etos kerja berhubungan dengan tindak lanjut dari kedisiplinan yang bersinggungan dengan konsistensi. Berkaitan dengan kedisiplinan dalam khasanah ilmiah psikologi terdapat istilah prokrastinasi atau penundaan, yang

menunjukkan suatu perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu.

Prokrastinasi banyak dianggap sebagai kebiasaan yang menghambat kesuksesan seseorang (Wang, Sperling, & Haspel, 2015). Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda aktivitas di bawah kendali seseorang sampai pada saat terakhir, atau bahkan tidak melakukannya sama sekali (Gafni & Geri, 2010). Prokrastinasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik merupakan gejala yang umum terjadi di kalangan siswa/mahasiswa (Rahardjo, Juneman, & Setiani, 2013). Prokrastinasi akademik diartikan sebagai perilaku peserta didik yang menunda pekerjaan akademis mereka secara mandiri dan mengabaikan tanggung jawab akademis mereka selama belajar (Hussain & Sultan, 2010). Prokrastinasi akademik menimbulkan konsekuensi serius bagi siswa, yang hidupnya ditandai oleh selalu tergantung dan terganggu oleh tenggat waktu secara intensif (Vij & Lomash, 2014).

Untuk mengetahui bagaimana fenomena prokrastinasi akademik di sekolah maka dilakukan studi pendahuluan dengan menggunakan angket. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, ditemukan data bahwa

70% siswa SMK Bina Profesi Bogor kelas XI melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini kemudian dilanjutkan dengan wawancara ke guru BK, wali kelas, dan guru mata pelajaran. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa sering menunda-nunda pengerjaan tugas dan tugas akan dikumpulkan setelah batas tenggang waktu, sering lambat atau tidak mengumpulkan tugas, serta menghindari tugas yang diberikan guru.

Prokrastinasi akademik memiliki efek yang merugikan bagi prokrastinator (pelaku prokrastinasi). Prokrastinasi akademik berpengaruh negatif terhadap belajar dan prestasi belajar. Selain itu, dapat menyebabkan pengumpulan tugas yang terlambat, kecemasan menjelang ujian, sikap menyerah pada mahasiswa dan lebih jauh lagi berakibat terhadap hasil ujian serta mempengaruhi aktivitas lainnya dalam lingkungan sekolah.

Ditemukan pula bahwa prokrastinasi akademik akan berdampak pada banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna, penurunan produktivitas dan etos kerja individu, kualitas individu menjadi rendah (Ursia, Siaputra, & Sutanto, 2013), stres akademik (Rahardjo et al., 2013), kekecewaan dan tugas yang tidak selesai

(Wang et al., 2015), serta masalah interpersonal (Cerino, 2014), dan kehilangan kesempatan di masa depan (Wijanarko & Well, 2015).

Efek negatif yang ditimbulkan oleh prokrastinasi akademik membutuhkan jalan keluar. Hal ini perlu ditindaklanjuti dengan melakukan pelayanan Bimbingan dan Konseling (BK) pada prokrastinator. Adapun hal yang diupayakan untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa dalam penelitian ini adalah melalui *role playing* dalam bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok (biasa disebut BKp.) merupakan salah satu jenis layanan dalam Bimbingan dan Konseling. BKp. merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok (Tohirin, 2007). BKp. merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan bagi dirinya sendiri.

Penelitian ini menggunakan BKp. dengan teknik bermain peran (*role playing*) untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. *Role playing* berarti memainkan peran yang ditugaskan (Shapiro & Leopold, 2012). Peran yang

ditugaskan akan disesuaikan dengan apa yang dikehendaki oleh pelaksana BKp.

Role play membawa siswa dalam situasi nyata sehingga siswa mampu mengambil wawasan, pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap dalam menghadapi situasi prokrastinasi dan konsekuensi yang muncul jika prokrastinasi dipertahankan. *Role play* menggunakan hal-hal yang sederhana, yakni memainkan sesuatu hal ke dunia nyata sehingga siswa menaruh minat dan belajar dari hal yang terjadi (Liu & Ding, 2009). Sehubungan dengan uraian tersebut maka hipotesis penelitian ini adalah *role play* dalam bimbingan kelompok mampu mereduksi prokrastinasi akademik siswa SMK Bina Profesi Bogor.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMK Bina Profesi Bogor. Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yakni *role play* sebagai variabel bebas dan prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasi experimental design* dalam bentuk *the non-equivalent control group* (Yusuf, 2014).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMK Bina Profesi Bogor yang berjumlah 220 siswa. Subjek dalam penelitian ini diestimasi dengan

teknik *purposive sampling* (Yusuf, 2014), sehingga sampel dalam penelitian ini adalah 20 siswa. Subjek kemudian dibagi sama besar ke dalam dua kelompok, sehingga baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol terdiri dari 10 siswa. Data dikumpulkan melalui teknik angket. Data dianalisa menggunakan *paired sample t test* dengan bantuan SPSS 20 for windows (Santoso, 2014).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan sebanyak delapan pertemuan dengan rincian satu kali pelaksanaan *pretest* pada pertemuan pertama, enam kali pelaksanaan BKp. dengan teknik *role play*, serta pertemuan kedelapan pelaksanaan *posttest*. Adapun hasil dari *pretest* disajikan pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Analisa deskriptif *pretest*

		Statistics	
		Eksperimen	Kontrol
N	Valid	10	10
	Missing	0	0
Mean		114.70	119.00
Median		116.50	122.00
Mode		100 ^a	110 ^a
Std. Deviation		8.512	9.309
Variance		72.456	86.667
Minimum		100	100
Maximum		125	128
Sum		1147	1190

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa pada kelompok eksperimen diperoleh skor tertinggi sebesar 125 dan skor terendah 100. Hasil analisis deskriptif hitung diperoleh nilai *mean* sebesar

114.70. Untuk kelompok kontrol diperoleh skor tertinggi sebesar 128 dan skor terendah 100. Hasil analisis deskriptif hitung diperoleh nilai *mean* sebesar 119.00.

Hasil tersebut bila dilihat dari nilai rata-ratanya menggambarkan bahwa kondisi prokrastinasi akademik siswa baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol berada pada kategori tinggi. Tingkat perilaku prokrastinasi siswa kelas XI SMK Bina Profesi belum mendapat perlakuan bimbingan kelompok cukup tinggi, sehingga perlu diberikan layanan BK agar perilaku prokrastinasi pada diri siswa dapat menurun.

Setelah pemberian perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* sebanyak 6 kali pertemuan, diukur kembali tingkat perilaku prokrastinasi terhadap 10 siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun hasil analisa *posttest* disajikan pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Analisa deskriptif *posttest*

		Ekperimen	Kontrol
N	Valid	10	10
	Missing	0	0
Mean		71.80	80.40
Median		70.00	81.00
Mode		70	75
Std. Deviation		4.185	6.186
Variance		17.511	38.267
Minimum		65	70
Maximum		78	90
Sum		718	804

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pada kelompok eksperimen diperoleh skor tertinggi sebesar 78 dan skor terendah 65. Hasil analisis deskriptif hitung diperoleh nilai *mean* sebesar 71.80. Untuk kelompok kontrol diperoleh skor tertinggi sebesar 90 dan skor terendah 70. Hasil analisis deskriptif hitung diperoleh nilai *mean* sebesar 80.40.

Hasil tersebut bila dilihat dari nilai rata-ratanya menggambarkan bahwa kondisi prokrastinasi akademik siswa setelah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *role play* pada kelompok eksperimen menjadi rendah dan pada kelompok kontrol menjadi cukup/sedang.

Temuan di atas menggambarkan bahwa *role play* mampu mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa. Akan tetapi hasil tersebut perlu diuji kesignifikanannya melalui uji statistika. Untuk menguji hasil perubahan tersebut dilakukan *paired sample t test* dengan bantuan SPSS 20 *for windows*. Adapun hasil pengujian *paired sample t test* diperoleh nilai *Asymp.Sig.(2-tailed)* sebesar 0.000 yang berarti nilai $< 0,05$, sehingga perubahan prokrastinasi akademik pada kelompok eksperimen dinyatakan signifikan. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai

Asymp.Sig.(2-tailed) sebesar 0.11 yang berarti nilai $> 0,05$, sehingga perubahan prokrastinasi akademik siswa pada kelompok kontrol bersifat tidak signifikan.

Layanan BKp. merupakan layanan BK yang terbukti mempunyai pengaruh dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik baik dengan menggunakan teknik *role playing* maupun tanpa teknik *role playing*. Melalui *role playing* siswa dilatih untuk menghadapi situasi prokrastinasi akademik dan bagaimana jika situasi tersebut tidak segera ditangani. Siswa dilatih untuk berkomunikasi dan bertukar pikiran mengenai hasil visualisasinya terhadap drama yang ditontonkan. Melalui drama yang ditontonkan maka siswa mampu belajar dan memetik hikmah dari hasil pengamatan dan diskusinya dalam bimbingan kelompok.

Penelitian ini sejalan dengan hasil riset Mujiyati (2015) yang menggunakan teknik *token economy* untuk mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa, hal ini dikarenakan dalam penerapan intervensi terfokus pada tingkah laku yang ditujukan kepada individu.

4. SIMPULAN

Melalui penelitian ini dapat disimpulkan *role playing* dalam bimbingan kelompok mampu mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Temuan ini perlu ditindaklanjuti oleh para pelaksana kegiatan BK di sekolah untuk menggunakan *role playing* dalam bimbingan kelompok untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Cerino, E. S. (2014). Relationships Between Academic Motivation, Self-Efficacy, and Academic Procrastination. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 19(4), 156–163.
- Gafni, R., & Geri, N. (2010). Time management: Procrastination tendency in individual and collaborative tasks. *Interdisciplinary Journal of Information, Knowledge, and Management*, 5, 115–125.
- Hussain, I., & Sultan, S. (2010). Analysis of procrastination among university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1897–1904.
- Liu, F., & Ding, Y. (2009). Role-play in English Language Teaching. *Asian Social Science*, 5(10), 140–143.
- Mujiyati, M. (2015). Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Teknik *Token Economy*. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2).
- Rahardjo, W., Juneman, & Setiani, Y. (2013). Computer Anxiety, Academic Stress, and Academic Procrastination on College Students. *Journal of Education and Learning*, 7(3), 147–152.

- Santoso, S. (2014). *Panduan lengkap SPSS versi 20* (Edisi Revi). Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Shapiro, S., & Leopold, L. (2012). Perspectives A Critical Role for Role-Playing Pedagogy. *TESL Canada Journal*, 29(2), 120–130.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17(1), 1–18.
- Vij, J., & Lomash, H. (2014). Role of Motivation in Academic Procrastination. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, 5(8), 1065–1070.
- Wang, J., Sperling, R. A., & Haspel, P. (2015). Patterns of Procrastination, Motivation, and Strategy Use across Class Contexts and Students' Abilities. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 3(2), 61–73.
- Wijanarko, A. D. A., & Well, J. (2015). Measuring drivers of procrastination in academic student. *Journal of Business and Management*, 4(10), 1099–1106.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.