

**KONSELING BEHAVIOR DALAM MENANGANI PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA MAN 2 YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

Oleh :

**Rahmanisa
NIM. 15220012**

Pembimbing :

**Nailul Falah, S.Ag., M.Si.
NIP. 197210011998031 003**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2018**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. 0274-515856, Yogyakarta 55281, E-mail: fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
Nomor: B-2623/Un.02/DD/PP.05.3/11/2018

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul:

**Konseling Behavior dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2
Yogyakarta**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Rahmanisa
NIM/Jurusan : 15220012/BKI
Telah dimunaqasyahkan pada : Jumat, 16 Nopember 2018
Nilai Munaqasyah : 96,33 (A)

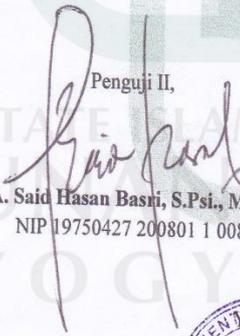
dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

TIM MUNAQASYAH

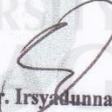
Ketua Sidang/Penguji I,


Nailul Falah, S.Ag, M.Si.
NIP 19721001 199803 1 003

Penguji II,


A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP 19750427 200801 1 008

Penguji III,


Dr. Irsyadunnas, M.Ag.
NIP 19710413 199803 1 006

Yogyakarta, 27 Nopember 2018
Dekan,


Nurjannah, M.Si
NIP 19600310 198703 2 001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr. wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Rahmanisa
NIM : 15220012
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Konseling Behavior dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta

sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Bimbingan dan Konseling Islam



[Signature]
A. Saif Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

Yogyakarta, 9 November 2018

Pembimbing

[Signature]
Nailul Falah, S.Ag., M.Si.
NIP. 19721001/199803 1 003

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahmanisa
NIM : 15220012
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **Konseling Behavior dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tatacara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 9 November 2018

ng Menyatakan,



Rahmanisa
NIM. 15220012

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rahmanisa
NIM : 15220012
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi atas penggunaan jilbab dalam ijazah strata saya. Seandainya suatu hari nanti terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan dengan penuh kesadaran ridha Allah SWT.

Yogyakarta, 11 November 2018

Yang Menyatakan



Rahmanisa

NIM. 15220012

HALAMAN PERSEMBAHAN

*Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah dan segenap ketulusan hati, skripsi ini
dipersembahkan untuk yang sangat berarti dalam hidup penulis:*

Kedua orang tua penulis, ibu Samsiah dan bapak Wagiran.



MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ٦

Artinya: “*Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan.*

(Q.S Al-Insyirah : 6)”¹



¹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemah Al-Muhaimin*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2010), hlm. 596.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Segala puji serta syukur atas kehadiran Allah yang maha esa dan telah melimpahkan rahmat, taufik, dan nikmat yang tak terhingga. Dengan ridho dan kuasa-Nya penulis mampu menyelesaikan penelitian ini. Cukuplah Allah sebagai penolong dan pelindung bagi kita semua. Sholawat beriringkan salam semoga tetap tercurahkan kepada nabi Muhammad SAW.

Selama proses penyelesaian skripsi ini tentunya banyak pihak yang terlibat dan membantu. Baik dalam hal bekerja sama dalam memberikan informasi, saran atau masukan, kritik dan dukungan. Sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini meskipun jauh dari kata sempurna. Maka pada kesempatan kali ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu sehingga terselesaikannya skripsi ini:

1. Prof. Drs. K.H. Yudian Wahyudi, BA., BA., MA., Ph.D., sebagai Rektor UIN Sunan Kalijaga.
2. Dr. Nurjannah, M.Si, sebagai Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si, selaku ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga.
4. Nailul Falah, S.Ag., M.Si, selaku sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga sekaligus sebagai Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Bapak ibu dosen dan seluruh elemen staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

6. Fifi Alfiah, Amalia Isti Qomah, dan Zulfa Nur Syifa, *you are my sun shine*.
7. Kepada *Centre Best Of Students*, Kasmi, Ela, Dara, Rafida, Rahmat, Eli.
Terimakasih atas pertemanan yang saling menjaga semangat dalam hal belajar.
8. Segenap organisasi yang pernah penulis tekuni, HMI Komisariat Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, KOHATI Koordinator Komisariat UIN Sunan Kalijaga dan HMPS BKI terimakasih atas manajemen keorganisasiannya.
9. Seluruh penghuni Rumah Kita (RUKI), terimakasih yang telah bersedia satu atap dengan penulis.
10. Teruntuk admin MDPL Nusantara, terimakasih atas segala perjuangan dan pengorbanan yang telah diberikan.
11. Semua pihak yang terlibat didalam hidup penulis, terimakasih atas semua dukungannya.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, mengaharapkan masukan beserta saran yang membangun untuk dijadikan pembelajaran. Semoga penelitian yang dilakukan oleh penulis memberikan manfaat bagi program studi Bimbingan Konseling Islam, para pembaca dan tak terkecuali kepada penulis sendiri.

Yogyakarta, 11 November 2018

Penulis,



Rahmanisa
NIM.15220012

ABSTRAK

RAHMANISA, *Konseling Behavior Dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih banyaknya siswa MAN 2 Yogyakarta yang mengalami permasalahan yang berkaitan dengan akademik. Permasalahan yang sering muncul yaitu, seperti terlambat mengumpulkan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan. Permasalahan tersebut merupakan bagian dari prokrastinasi akademik. Sehingga perlu adanya pemberian bantuan untuk merubah perilaku yang malaptif menjadi perilaku yang adaptif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif yang mengambil lokasi di MAN 2 Yogyakarta. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, dokumentasi dan wawancara. Analisis data dilakukan dengan pengumpulan data di lapangan yang kemudian dirangkum, diuraikan dalam bentuk narasi, kemudian ditarik sebuah kesimpulan. Untuk keabsahan data, penulis menggunakan teknik triangulasi yang memanfaatkan sumber data dari observasi dan wawancara.

Hasil menunjukkan bahwa tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik yang dilakukan guru BK MAN 2 Yogyakarta adalah : 1) *Assesmen*, mendapatkan data bahwa subjek menunda tugas disebabkan oleh faktor internal dan eksternal, 2) *Goal setting*, tujuan konseling agar subjek mandiri dan bertanggung jawab, 3) *Technique implementation*, teknik yang digunakan adalah desentisasi positif dan penguatan positif dan hukuman, 4) *Evaluation–Termination*, menghasilkan kominten dan kesadaran diri subjek, 5) *Feedback*, menunjukkan bahwa proses konseling tidak berhasil sehingga perlu adanya perbaikan dan penanganan yang lebih serius.

Keyword : *Konseling Behavior, Prokrastinasi Akademik*

DAFTAR ISI

HALAMANJUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Kegunaan Penelitian.....	8
F. Kajian Pustaka.....	10
G. Kerangka Teori.....	15
H. Metode Penelitian.....	34
BAB II GAMBARAN UMUM BIMBINGAN KONSELING MAN 2	
 YOGYAKARTA	49
A. Profil MAN 2 Yogyakarta	57
B. Profil Bimbingan dan Konseling	63

BAB III	TAHAP-TAHAP KONSELING BEHAVIOR DALAM MENANGANI PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA MAN 2 YOGYAKARTA.....	63
	A. Melakukan Asesmen (<i>Assesment</i>).....	64
	B. Menetapkan Tujuan (<i>Goal Setting</i>).....	70
	C. Implementasi Teknik (<i>Technique Implementation</i>)	73
	D. Evaluasi dan Pengakhiran (<i>Evaluation-Termination</i>).....	75
	E. <i>Feedback</i>	77
BAB IV	PENUTUP.....	79
	A. Kesimpulan.....	79
	B. Saran	80
	C. Kata Penutup.....	80
	DAFTAR PUSTAKA	82
	LAMPIRAN - LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Contoh Analisis ABC.....	22
Tabel 2.	Keadaan Jumlah Siswa	54



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Bagan Stuktur Organisasi MAN 2 Yogyakarta.....	56
----------	--	----



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penegasan judul dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas dan menghindari adanya kerancuan dalam penelitian yang berjudul “Konseling Behavior Dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta”. Oleh karena itu, peneliti akan menguraikan beberapa istilah pokok yang terkandung dalam judul tersebut. Adapun istilah-istilah yang menurut peneliti perlu dijelaskan sebagai berikut:

1. Konseling Behavior

Menurut Krumboltz & Thoresen konseling behavior adalah suatu proses memberi bantuan kepada orang lain dengan pendekatan tingkah laku untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.¹ Konseling behavior memiliki asumsi dasar bahwa setiap perilaku manusia bisa dipelajari, tingkah laku yang lama dapat diganti dengan tingkah laku yang baru dan memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah.² Konseling behavior yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu pemberian bantuan dari seseorang kepada orang lain untuk memodifikasi perilaku dari perilaku yang lama menjadi perilaku yang baru.

¹ Moh Surya, *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*, (Yogyakarta: Kota Kembang, 1988), hlm. 187.

² Gantina Komalasari, dkk., *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakaera: Indeks, 2011), hlm. 141.

2. Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa latin, *procrastination* diawali dengan kata *pro*, yang berarti mendorong dan bergerak maju dan diakhiri dengan kata *crastinus* yang memiliki arti keputusan hari esok.³ Gufon dan Rini dalam bukunya memaparkan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas.⁴

Maksud prokrastinasi akademik siswa dalam penelitian ini adalah adanya penundaan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru sehingga terlambat dalam mengumpulkan tugas.

3. Siswa MAN 2 Yogyakarta

Siswa adalah orang yang menimba ilmu di sekolah yang memiliki kedudukan berada di bawah kepala sekolah dan guru.⁵ Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI) adalah murid atau pelajar.⁶

MAN merupakan singkatan dari Madrasah Aliyah Negeri atau sama dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) hanya saja MAN dinaungi dan dikelola oleh Kementerian Agama.⁷ MAN 2 Yogyakarta merupakan sekolah yang beralamatkan di Jalan KH. Ahmad Dahlan

³ Willian Knaus, *End Procrastination Now*, (New York : McGraw-Hill, 2010), hlm. 18.

⁴ M. Nur Ghufan dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 158.

⁵ Muhammad Rifa'I, *Sosiologi Pendidikan*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011). hlm, 13.

⁶ Pusat Bahasa Departemen Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Tim Redaksi Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2008). hlm, 1335.

⁷ Anonim, "Madrasah Aliyah", Wikipedia, https://id.wikipedia.org/wiki/Madrasah_aliyah, diakses tanggal 05 April 2018.

No.130, Ngampilan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta.
MAN 2 berdiri sejak 1987, saat ini berakreditasi A.⁸

Jadi, yang dimaksud dengan Siswa MAN 2 Yogyakarta dalam penelitian ini adalah pelajar kelas XI yang sedang menimba ilmu di MAN 2 Yogyakarta.

Berdasarkan penegasan istilah-istilah di atas, maka yang dimaksud dengan judul “Konseling Behavior Dalam Menangani Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Yogyakarta” adalah pemberian bantuan dari seseorang kepada orang lain untuk memodifikasi perilaku menunda-nunda siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta dalam menyelesaikan tugasnya sehingga menyebabkan keterlambatan dalam mengumpulkan tugas.

B. Latar Belakang

Pada hakikatnya pendidikan bertujuan untuk menciptakan manusia yang ideal untuk dapat mencapai kehidupan yang lebih baik pada semua bidang. Pendidikan merupakan proses esensial untuk mencapai tujuan dan cita-cita setiap individu sehingga pendidikan menjadi tonggak utama untuk membentuk Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. Harapannya, dapat mencetak siswa yang kompeten. Pendidikan di sekolah tentunya akan berkaitan dengan pendidik sekaligus perkembangan peserta didik secara akademik.

⁸ Admin, “Profil”, MAN 2 Yogyakarta, <http://man2yogyakarta.sch.id/profil-sekolah/>, diakses tanggal 5 Februari 2018.

Peserta didik yang dimaksudkan merupakan seorang remaja yang berada pada masa remaja awal yaitu sekitar usia 13-17 tahun. Pada masa ini individu mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan individu yang unik dan tidak tergantung kepada orangtua.⁹ Pada masa tersebut merupakan masa yang ditandai dengan keadaan yang tidak stabil.¹⁰ Perasaan masa remaja awal sangat sensitif dan cepat mengalami perubahan. Kegembiraan dapat berubah menjadi kesedihan, kepercayaan dapat berubah menjadi keraguan dan antusiasme mengerjakan sesuatu berubah menjadi acuh tak acuh dan lesu.¹¹ Hal tersebut menjadi masa yang sulit untuk siswa. Selain sedang berada pada masa yang sulit, remaja juga berada pada masa yang banyak mengalami perubahan baik secara fisik, psikis dan lingkungannya. Sedangkan kewajiban seorang siswa juga harus mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya, mematuhi aturan sekolah dan mengerjakan semua kewajiban sebagai seorang siswa. Salah satunya mengerjakan dan mengumpulkan tugas sesuai perintah dan waktu yang telah ditentukan.

Namun, fakta yang didapatkan dari beberapa literatur dan observasi lapangan menunjukkan bahwa masih banyaknya siswa yang tidak melaksanakan tugas akademiknya dengan maksimal. Masih banyak siswa

⁹ Hendianti Agustiani, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Aditama, 2009), hlm. 29.

¹⁰ Soesilowindradini, *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1994), hlm. 147.

¹¹ Eva Valentina, *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Trimurjo Tahun Ajaran 2016/2017*, *Skripsi* (Lampung: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan 2017), hlm. 1.

sulit mengumpulkan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan dan sering kali mengalami keterlambatan. Hal tersebut terjadi dikarenakan siswa senang menunda dan mengulur-ulur waktu dalam mengerjakan tugas. Efek dari perilaku tersebut tidaklah bagus, dikarenakan siswa tidak memanfaatkan waktu dengan baik, mendahulukan pekerjaan lain yang tidak penting, proses pengerjaan tugas terburu-buru sehingga mendapatkan hasil yang tidak maksimal, bahkan terlambat dalam mengumpulkan tugas.

Perilaku menunda-nunda ini disebut dengan *procrastination* (prokrastinasi). Prokrastinasi pertama kali dikenalkan oleh Brown dan Holzman untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda dalam penyelesaian tugas atau pekerjaan.¹² Rumaini berpendapat bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam memulai, melaksanakan dan mengakhiri suatu aktivitas.¹³ Sedangkan pengertian prokrastinasi akademik menurut Rahayu adalah perilaku menunda tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik.¹⁴

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa tingginya prokrastinasi akademik yang menjadi masalah bagi siswa. Salah satunya penelitian yang dilakukan Suryadi, menyebutkan bahwa mulai dari 25% sampai 75% pelajar yang menjadikan prokrastinasi akademik merupakan salah satu

¹² Gufon dan Risnawati, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 158-159

¹³ Rahayu Praptiana dan Muhamad Rozikan, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK Perintis 29 Ungaran Tahun Ajaran 2014/2015", vol 1: 1 (Oktober 2014), hlm. 93

¹⁴ Gufon dan Rini Risnawati, *Teori-teori Psikologi...*, hlm. 156

permasalahan akademis siswa.¹⁵ Dalam penelitian lain juga disebutkan, permasalahan prokrastinasi juga dialami oleh siswa MAN Yogyakarta III. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya berbagai masalah yang dialami beberapa siswa seperti terlambat masuk kelas ketika jam pelajaran sudah dimulai, dan siswa yang tidak mengumpulkan tugasnya sampai batas waktu yang telah ditentukan. Bahkan ada siswa yang ditunda untuk menerima rapport karena belum mengumpulkan tugas akhir.¹⁶

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu perilaku yang melanggar aturan sekolah dan tidak memenuhi kewajiban yang harus sebagai seorang siswa. Selain itu perilaku menunda-nunda tugas sekolah juga merupakan salah satu perilaku yang salah, dalam penyesuaian diri pada remaja di sekolah khususnya dalam hal pembagian waktu. Dengan adanya permasalahan prokrastinasi akademik, maka diperlukan pemecahan masalah untuk mengatasinya. Selain banyak dampak negatif yang akan dialami siswa, tindakan prokrastinasi juga merupakan kebiasaan buruk yang harus segera diperbarui dengan kebiasaan yang baru. Terutama dalam perubahan tingkah laku siswa prokrastinasi tersebut. Dalam lingkup sekolah, mengatasi permasalahan tersebut perlu adanya peran aktif dari seluruh elemen sekolah, terutama peran guru Bimbingan Konseling. Salah satu upaya yang dapat dilakukan Bimbingan Konseling dalam mengatasi

¹⁵ Suryadi, Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Boarding School Studi Kasus di SMA IT Abu Bakar, *Tesis* (Yogyakarta : Program Studi I/nterdicipliner Studies Konsentrasi BKI, UIN Sunana Kalijaga, 2017), hlm. 6

¹⁶ Laila Rizqi, Hubungan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Di MAN III Yogyakarta, *Skripsi* (Yogyakarta, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2015), hlm. 2-3

permasalahan prokrastinasi akademik yaitu menggunakan konseling behavior. Konseling behavior merupakan salah satu pendekatan yang digunakan dalam mengatasi masalah melalui pengalaman belajar untuk memodifikasi tingkah laku. Terutama dalam menangani permasalahan prokrastinasi akademik, penanganannya harus melalui perubahan perilaku.

Menurut Winkel dan Hastuti pendekatan behavior dikenalkan pertama kali digunakan oleh John D. Krumborls berasumsi bahwa setiap tingkah laku bisa dirubah, bahwa tingkah laku dapat dipelajari melalui kematangan dan proses belajar.¹⁷ Dalam konseling behavior terdapat tiga proses yang dipakai untuk regulasi diri, yaitu: manipulasi eksternal, memonitor, dan mengevaluasi tingkah laku internal. Tingkah laku merupakan hasil pengaruh resiprokal faktor internal dan eksternal.¹⁸

Permasalahan prokrastinasi akademik yang harus segera ditangani oleh Guru Bimbingan Konseling terdapat pada siswa MAN 2 Yogyakarta. Peneliti melakukan penelitian di lokasi tersebut, dikarenakan setelah melakukan observasi ke salah satu sekolah di Yogyakarta, yaitu MTs 6 Sleman dan SMK Kolombo, MAN 2 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah yang siswanya memiliki permasalahan prokrastinasi akademik yang perlu segera ditangani. Selain itu karena cara penyelesaian permasalahan prokrastinasi akademik MAN 2 Yogyakarta melalui pemberian bantuan kepada siswa untuk memodifikasi tingkah laku yang maladaptif menjadi perilaku yang adaptif. Oleh karena itu, dengan

¹⁷ Winkel dan Hastuti, *Bimbingan dan Konseling Islam Di Instuti Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2013), hlm. 460-461

¹⁸ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*, hlm. 195

menggunakan konseling behavior diharapkan adanya perubahan tingkah laku siswa sesuai dengan perilaku yang diinginkan, terutama pada permasalahan prokrastinasi akademik.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa kelas IX MAN 2 Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dari prlaksaan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta diharapkan menghasilkan manfaat secara teoritis maupun secara praktis. Berikut uraian dari manfaat penelitian secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan ilmu pengetahuan, dan masukan dalam pengembangan keilmuan mengenai konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan informasi dalam menangani prokrastinasi akademik siswa bagi tenaga pendidik, terutama bagi guru bimbingan konseling.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat dirasakan manfaatnya bagi semua pihak yang terlibat dalam penelitian, baik bagi siswa, guru bimbingan konseling, peneliti maupun lembaga.

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman baru, wawasan dan pengetahuan baru dalam menangani prokrastinasi akademik siswa.

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Menjadi bahan referensi dalam menangani kasus prokrastinasi akademik dan mendorong guru bimbingan dan konseling untuk terus memunculkan inovasi baru yang lebih solutif dalam menangani prokrastinasi akademik.

c. Bagi MAN 2 Yogyakarta

Menjadi masukan tersendiri bagi pihak sekolah agar terus melakukan bimbingan dan konseling dalam menangani siswa yang mengalami prokrastinasi akademik.

F. Kajian Pustaka

Kajian pustaka merupakan salah satu yang sangat penting untuk dilakukan dalam sebuah penelitian, dengan tujuan dapat mengetahui persamaan dan perbedaan penelitian yang dilakukan sebelumnya. Selain itu, kajian pustaka sebagai penegas bahwa penelitian dengan judul “konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta” belum pernah diteliti sebelumnya oleh peneliti lain. Hal tersebut ditegaskan oleh Waryono bahwa kajian pustaka dilakukan untuk mendeskripsikan hubungan antara masalah yang diteliti dengan penelitian terdahulu yang sejenis dan relevan.¹⁹

1. Skripsi yang disusun oleh Afsony Dwi Mulyano dengan judul “Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa IAIN Sunan Ampel)”. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan (1) memahami faktor yang menyebabkan mahasiswa IAIN Sunan Ampel melakukan prokrastinasi akademik, (2) memahami karakteristik prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa IAIN Sunan Ampel. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif menggunakan strategi studi kasus yang bertujuan untuk mengetahui perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya. Subjek penelitian sebanyak 2 orang mahasiswa aktif Sunan Ampel. Pengambilan data dilakukan dengan teknik wawancara serta

¹⁹ Waryono, dkk., *Pedoman Penulisan Skripsi*, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2014), hlm. 16.

observasi untuk menggali data secara mendalam dari subyek. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik triangulasi sumber dan pengecekan. Penelitian ini menghasilkan bahwa mahasiswa yang melakukan tindakan prokrastinasi disebabkan karena faktor internal yang meliputi motivasi mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik serta faktor eksternal disebabkan oleh pola pengasuhan dari orang tua serta kebijakan fakultas yang menurut mahasiswa merugikan.²⁰

2. Skripsi dengan judul “Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Melalui Pendekatan Behavioristik Pada Siswa SMK” merupakan jurnal yang diteliti oleh Puswantearchi. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa SMK. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yang terdiri dari dua siklus dan setiap siklus terdiri dari tiga kali tindakan. Subjek penelitian ditentukan dengan *purpose sampling* yang berjumlah enam siswa dengan kriteria tingkat prokrastinasi akademik tinggi. Instrumen penelitian yang digunakan berupa skala prokrastinasi akademik dan pedoman observasi. Hasil dari penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik efektif digunakan untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa SMK. Hasil penelitian

²⁰ Afsony Dwi Mulyono, Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa IAIN Sunan Ampel, *Skripsi Tidak Diterbitkan* (Surabaya: Program Studi Psikologi Fakultas Dakwah, IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2012)

tersebut bermanfaat bagi konselor untuk membantu siswa mereduksi prokrastinasi akademik melalui konseling kelompok dengan pendekatan behavioristik.²¹

3. Penelitian yang dilakukan oleh Suryadi, Program Studi *Interdisciplinary Studies Studies* Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga yang berjudul “Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa *Boarding School* (Studi Kasus SMA IT Abu Bakar Yogyakarta). Penelitian ini dilatarbelakangi bahwasannya di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta terdapat beberapa siswa yang teridentifikasi mengalami prokrastinasi akademik. Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif, yaitu proses penelitian yang menghasilkan data deskriptif sebagaimana adanya (*natural setting*). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis yang digunakan yaitu Miles dan Huberman yang mencakup reduksi data, penyajian data dan verifikasi data, adapun untuk mengecek keabsahan data digunakan teknik triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat empat bentuk prokrastinasi akademik siswa di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta, yaitu: (1) Tidak cocok dengan guru/lingkungan, (2) menggantungkan tugas pada teman, (3) keterlambatan dalam mengerjakan tugas, (4) *irrational believe*. Pelaksanaan layanan bimbingan konseling belajar dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa di SMA IT Abu Bakar

²¹ Puswanti, “Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Melalui Pendekatan Behavioristik Pada Siswa SMK”, *Psikopedagogia*, vol. 3, no 1 (2014), hlm. 1.

Yogyakarta meliputi layanan dasar sebagai layanan preventif dan pemeliharaan, layanan responsif berfungsi sebagai layanan kuratif yang spesifik digunakan dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa.²²

4. Skripsi yang disusun oleh Yuni Wiragil Probo Santoso, jurusan Bimbingan Konseling Islam fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga tahun 2016 dengan judul “*Konseling Behavior Dalam meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah Di SMP 2 Mlati Sleman Yogyakarta*”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data metode observasi, dokumentasi, dan wawancara. Analisis data dilakukan dengan pengumpulan data di lapangan yang kemudian akan dirangkum, diuraikan dalam bentuk narasi kemudian ditarik suatu kesimpulan. Untuk keabsahan data, menggunakan teknik triangulasi serta mengkombinasikan dengan teori. Sedangkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Yuni bahwa tahap-tahap konseling behavior dalam meningkatkan motivasi belajar siswa berprestasi rendah yang dilakukan guru BK SMP Muhammadiyah 2 Mlati Sleman Yogyakarta adalah : a). *Assesment*, b). *Goal setting*, c). *Tekqnique implemetation*, d). *Evaluasi dan pengakhiran*, e). *Tindak lanjut*.²³

²² Suryadi, Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Boarding School (Studi Kasus SMA IT Abu Bakar Yogyakarta), *Skripsi* (Yogyakarta: SMA IT Abu Bakar, 2017).

²³ Yuni Wiragil Probo Santoso, *Konseling Behavior Dalam meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Berprestasi Rendah Di SMP 2 Mlati Sleman Yogyakarta*, *Skripsi* (Yogyakarta: Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2016).

5. Penelitian yang dilakukan oleh A. Said Hasan Basri dengan judul “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiuitas”. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti korelasi antara Prokrastinasi Akademik dan Religiuitas. Penelitian ini juga dilakukan untuk mengungkapkan perbedaan religiusitas mahasiswa dengan prokrastinasi akademik melalui pengamatan gender, etnis dan program studi. Penelitian ini menggunakan purposif sampling yang mana subjeknya berasal dari mahasiswa fakultas Dakwah dan Komunikasi. Mereka adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan mulai tahun 2011 hingga 2013. Ada 185 mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini, 67 laki-laki dan 118 wanita. Analisis korelasi menghasilkan data yang signifikan dan korelasi negatif yang berhubungan antara religiuitas dengan prokrastinasi akademik. Dengan skor "r" adalah 0,410, dan "p" <0,01 adalah 0,000. Hasil yang diperoleh dari sampling juga menunjukkan bahwa ada perbedaan dalam agama dan prokrastinasi akademik dari penelitian. Religiusitas Program Studi PMI lebih tinggi dari yang lain (KPI, BKI, MD dan IKS). Dan yang lebih tinggi dari prokrastinasi akademik adalah studi program IKS.²⁴

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan oleh peneliti, ditegaskan bahwa belum ditemukannya penelitian yang serupa dengan penelitian yang berjudul “konseling behavior guna menangani prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta”. Peneliti melakukan

²⁴ A. Said Hasan Basri, “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas”, *Hisbah, Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, vol. 14 : 2 (Desember, 2017), hlm. 54.

penelitian mengenai prokrastinasi dengan konseling behavior karena permasalahan tersebut hampir dialami oleh kebanyakan akademis, maka peneliti ingin melengkapi dan memperluas penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Berikut perbedaan dan persamaan dari penelitian yang telah dipaparkan diatas dengan penelitian yang akan diteliti. Perbedaan pertama yaitu subjek penelitian dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah guru Bimbingan Koseling dan siswa yang mengalami prokrastinasi akademik MAN 2 Yogyakarta. Kedua, metode penelitian yang dilakukan yaitu metode kualitatif dengan jenis penelitian lapangan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Suryadi memiliki kesamaan metode penelitian dan yang membedakannya adalah variabel yang ditelitinya.

G. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang Konseling Behavior

a. Pengertian Konseling Behavior

Konseling behavior merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya kepada perilaku yang tampak. Pada hakikatnya, konseling merupakan proses pemberian bantuan dari seorang konselor kepada konseli agar mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya, mampu memecahkan

masalah yang dihadapinya, dan mampu menghadapi krisis-krisis yang dihadapinya.²⁵

Konseling dapat diartikan dengan kontak atau hubungan timbal balik antara dua orang yaitu konselor dengan konseli untuk menangani masalah konseli yang didukung oleh keahlian dalam suasana yang laras dan integrasi, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk tujuan yang berguna bagi konseli.²⁶

Sedangkan dalam kamus lengkap psikologi, bihavioral/bihaviorisme secara teoritis menjelaskan bahwa tingkah laku merupakan pokok permasalahan psikologis tanpa mengaitkan kepada kesadaran dan mentalitas.²⁷ Pandangan behavioral dapat didasarkan melalui pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yang menekankan pada pendekatan sistematis dan terstruktur pada proses layanan konseling.²⁸

Konseling behavior dikenal dengan modifikasi perilaku yang bisa juga diartikan dengan tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku.²⁹ Menurut Krumboltz dan Thoresen dalam Surya memapakan bahwa konseling behavior merupakan proses pemberian bantuan dari seorang konselor kepada konseli agar

²⁵ Yusuf dan Juntika, *Landasan Bimbingan Konseling*, (Bandung: Rosdakarya, 2005), hlm. 9.

²⁶ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2009), hlm. 13.

²⁷ JP Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, penerjemah Kartini Kartono (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014), hlm. 54.

²⁸ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*, hlm. 152.

²⁹ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*, hlm. 154.

dapat belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.³⁰

Konsep behaviorial menekankan bahwa perilaku manusia merupakan hasil belajar. Sehingga semua perilaku manusia dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasikan hasil-hasil belajar.³¹ Sukardji dalam Gantina menyebutkan bahwa konseling behavior dikenal juga dengan modifikasi perilaku yang dapat diartikan sebagai tindakan yang bertujuan mengubah perilaku. Modifikasi perilaku itu sendiri dapat diartikan dengan tindakan usaha menerapkan prinsip-prinsip belajar maupun prinsip-prinsip psikologi hasil eksperimen pada perilaku manusia.³²

Thoresen dalam buku Mohamad Surya memaparkan bahwa ciri-ciri konseling behavior sebagai berikut:

- 1) Perilaku manusia dapat dipelajari dan dapat dirubah
- 2) Perubahan-perubahan khusus terhadap lingkungan individu dapat membantu perubahan perilaku yang relevan.
- 3) Prinsip-prinsip belajar spesial seperti "*reinforcement*" dan "*social modeling*", dapat digunakan untuk mengembangkan prosedur-prosedur konseling.
- 4) Keefektifan konseling dan hasilnya dapat dinilai dari perubahan perilaku khusus diluar wawancara prosedur

³⁰ Muhammad Surya, *Dasar-dasar Konseling Pendidikan (Teori dan Konsep)*, (Yogyakarta: Kota Kembang, 1988), hlm. 187.

³¹ Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling*,...hlm. 22.

³² Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*,...hlm. 154.

konseling. Prosedur konseling tidak statis, tetap atau ditentukan sebelumnya, namun didesain secara khusus untuk membantu memecahkan masalah kusus.³³

Secara khusus, tujuan konseling behavior yaitu merubah perilaku yang salah dalam penyesuaian dengan cara memperkuat perilaku yang diharapkan, menghilangkan perilaku yang tidak diharapkan serta membantu menemukan cara-cara berperilaku yang tepat.³⁴

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa, yang dimaksud dengan konseling behavior adalah proses konseling yang dilakukan oleh seorang konselor dalam rangka memberikan bantuan kepada klien berdasarkan proses belajar yang menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku (behavioral) dalam hal pemecahan masalah-masalah yang dihadapi.

b. Tujuan Konseling Behavior

Tujuan dari konseling dalam pendekatan behavior yaitu mengubah atau menghapus perilaku dengan cara belajar perilaku baru yang lebih dikehendaki. Hubungan konselor dengan konseli lebih dari hubungan guru dengan siswanya, karena seorang

³³ Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling*,..., hlm. 22-23.

³⁴ Yohana Oktariana, "Teori Konseling Behavior Untuk Meningkatkan Aplikasi Pembelajaran Akidah Akhlak Siswa Madrasah Aliyah (Teori Modelling Albert Bandura)", *Lentera STKIP-PGRI*, Vol. 2 (2012), hlm. 30.

konselor berperan aktif mengarahkan perubahan tingkah laku baru konseli berdasarkan dari hasil belajar.³⁵

Tujuan konseling behavior menurut Krumboltz dan Ray Colledge dalam penelitian yang dilakukan Yuni Rosita yaitu:

- 1) Setiap tujuan disesuaikan dengan konseli.
- 2) Tujuan tidak harus memenuhi nilai-nilai konselor, namun setidaknya tujuan tersebut harmonis.
- 3) Sasaran yang ingin dicapai harus diamati.³⁶

Dalam menentukan tujuan konseling, harus berdasarkan keinginan konseli dan konselor harus menyesuaikan dan mempertimbangkan kemampuan konseli untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan.

c. Tahap-Tahap Konseling Behavior

Tingkah laku yang bermasalah dalam konseling behavior yaitu tingkah laku yang berlebihan (*excessive*) dan perilaku yang kurang (*deficit*). Pendekatan behavior merupakan terapi yang bisa meningkatkan atau mengurangi suatu perilaku. Perilaku yang berlebihan (*excessive*) seperti bermain *games*, merokok, menonton televisi, bermain media sosial dan masih banyak lagi. Perilaku tersebut dapat dilakukan dengan teknik konseling untuk

³⁵ Hartono, Boy Sudarmadji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi*, (Jakarta: Kencana Predana Media Grup, 2012),. hlm 124

³⁶ Yuni Rosita, Pelaksanaan Konseling Behavior Dalam Mengatasi Phobia Kucing Seorang Klien Di Rasamala 2 Menteng Dalam Tebet Jakarta Selatan, *Skripsi tidak diterbitkan*, (Jakarta: Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah, 2008), hlm 16.

menghilangkan atau mengurangi tingkah laku tersebut. Lain halnya dengan perilaku yang kurang (*deficit*), seperti terlambat masuk sekolah, bolos sekolah, telat mengumpulkan tugas bahkan tidak mengerjakan tugas. Perilaku tersebut dapat dihilangkan dengan teknik meningkatkan perilaku.³⁷ Konseling behavior memiliki empat tahap, yaitu :

1) Melakukan Asesmen (*Assesment*)

Pada tahap pertama, dilakukanya asesmen untuk mengetahui perilaku yang dilakukan konseli dan untuk mengidentifikasi metode atau teknik mana yang dipilih untuk menentukan cara untuk mengubah tingkah laku yang ingin dirubah. Asesment yang dilakukan merupakan aktivitas nyata berdasarkan perasaan dan fikiran konseli. Nur Azizah dalam penelitiannya menguti pendapat Kanfer dan Slow yang memaparkan mengenai hal-hal yang perlu digali saat melakukan asesmen, berikut pemaparannya:

- a) Analisis tingkah laku yang bermasalah yang dialami konseli adalah tingkah laku khusus.
- b) Analisis situasi yang didalamnya merupakan masalah konseli yang terjadi.

³⁷ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik*,...hlm. 157

- c) Analisis yang mencoba mengidentifikasi peristiwa yang menjadi masalah konseli beserta perilaku yang mengikutinya.
- d) Analisis motivasional, untuk mengetahui motif dari perilaku konseli yang dimunculkan.
- e) Analisis *self control*, tingkatan kontrol diri konseli terhadap tingkah laku yang bermasalah kemudian menelusuri bagaimana kontrol dilatih atas kejadian yang menghasilkan *self control*.
- f) Analisis hubungan sosial, analisis ini dikaitkan dengan kehidupan konseli diidentifikasi juga dengan hubungan orang tersebut dengan konseli.
- g) Analisis lingkungan fisik sosial budaya.³⁸

Selain itu pada tahap pertama ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan konseli. Dalam

kegiatan asesmen konselor dapat menggunakan analisis ABC

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan)

(Tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku). Data tingkah laku ini menjadi

³⁸ Nur Azizah, Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Kartika II-2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 20017/20018, *Skripsi* (Lampung: Proram Studi Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan, 2017), hal. 22.

data awal (*baseline data*) yang dibandingkan dengan data tingkah laku setelah intervensi

C = *Consequence* (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut)

Tabel 1
Contoh Analisis ABC

A = terlambat bangun pagi.
B = terlambat masuk sekolah 30 menit setelah jam belajar pertama dimulai, sebanyak 6 kali dalam sebulan.
C = tidak mengikuti pelajaran jam pertama, kurang memahami materi pada jam pertama.

2) Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*)

Pada tahap ini yaitu menentukan atau merumuskan langkah tujuan yang ingin dicapai dalam proses konseling. Langkah tersebut merupakan hasil informasi yang diperoleh dari langkah *assesment* konselor dan konseli. Menurut perumusan tujuan konseling dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

- a) Membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan yang diinginkan.

- b) Memperhatikan tujuan konseling berdasarkan hambatan-hambatan situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan diukur.
- c) Memecahkan tujuan kedalam sub tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan.³⁹

3) Implementasi Teknik (*Technique Implementation*)

Setelah tujuan konseling dirumuskan, pada tahap ke tiga yaitu menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan. Hal tersebut bertujuan untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan oleh konselor dan konseli yang telah dirumuskan pada tahap tujuan konseling.

4) Evaluasi dan Pengakhiran (*Evaluation-Termination*)

Pada tahap ini merupakan proses yang berkesinambungan atas dasar apa yang konseli telah lakukan. Selain itu melakukan penilaian apakah kegiatan konseling yang dilakukan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling. Terminasi lebih dari sekedar mengakhiri konseling.

Terminasi meliputi:

- a) Menguji apa yang konseli lakukan terakhir.
- b) Ekplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan.
- c) Membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli.

³⁹ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik...*, hlm. 159-160

d) Memberi jalan untuk memantau secara terus menerus tingkah laku konseli.

5) *Feedback*

Tahap yang terakhir yaitu *Feedback*, dimana seorang konselor memberi dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.⁴⁰ Jadi pada tahap *feedback*, dapat mengetahui apakah proses konseling yang dilakukan oleh seorang konselor atau guru BK berhasil atau tidak. Hal tersebut diketahui melalui analisis umpan balik konseli.

d. Teknik Konseling Behavior

Beberapa teknik yang digunakan dalam pendekatan konseling behavior sebagai berikut:

1) Latihan Aversi

Latihan asertif merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk melatih konseli yang sedang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Teknik ini digunakan dengan tujuan agar konseli mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan perasaan afeksi dan respon lainnya.

⁴⁰ Hartono, Boy Sudarmadji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi*, (Jakarta:Kencana, 2015), hlm. 123-124

2) Desensitisasi Sistematis

Desensitisasi sistematis merupakan teknik yang mengajarkan konseli untuk rileks. Teknik ini memfokuskan bantuan untuk menenangkan konseli dari ketegangan yang sedang dialami. Jadi pada hakikatnya, teknik ini merupakan relaksasi yang digunakan untuk menghapus tingkah laku negatif yang diperkuatnya, salah satunya kecemasan.

3) Pengkondisian Aversi

Pengkondisian Aversi merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. Teknik ini diharapkan terbentuknya asosiasi antara tingkah laku yang tidak dikehendaki dengan stimulus yang tidak menyenangkan.

4) Pembentukan Tingkah Laku Model

Pembentukan tingkah laku model merupakan teknik yang digunakan untuk membentuk tingkah laku yang baru pada konseli, dan memperkuat tingkah laku yang sudah terbentuk.⁴¹

5) Penguatan Positif (*Positive Reinforcemen*)

Penguatan Positif (*Positive Reinforcemen*) adalah memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang ingin ditampilkan yang bertujuan agar tingkah laku yang akan diinginkan cenderung akan diulang, meningkat dan menetap di masa yang akan datang.

⁴¹ Yohana Oktariana, Teori Konseling Behavior..., hlm. 32-33.

6) Hukuman

Hukuman atau *punishment* bertujuan untuk mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan. Hukuman terdiri dari stimulus yang tidak menyenangkan sebagai konsekuensi dari tingkah laku.⁴²

Enam teknik yang telah dipaparkan diatas merupakan teknik yang seringkali digunakan oleh konselor atau guru BK saat menangani permasalahan prokrastinasi akademik. Meskipun sebenarnya, konseling behavior memiliki banyak teknik.

2. Tinjauan tentang Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin, *procrastinus*, dari kata *pro* yang artinya maju dan *crastinus* yang berarti hari esok. Jadi prokrastinasi adalah menunda-nunda hingga hari esok atau melakukan pekerjaannya besok. William mendefinisikan: *procrastination is an automatic problem habit of putting off an important and timely activity until another time.*⁴³ Dapat diartikan dengan prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan menunda-nunda suatu aktivitas yang penting dan segera hingga waktu lainnya.

Stell mengatakan bahwa prokrastinasi adalah penundaan dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui

⁴² Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*, hlm 161

⁴³ William Knaus, *End Procrastination Now*, (New York: McGraw-Hill, 2010).

bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk. Pelaku prokrastinasi disebut dengan prokrastinator.⁴⁴

Prokrastinasi yang terjadi di lingkungan akademik dan berhubungan dengan penundaan sikap penyelesaian tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.⁴⁵ Basri menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas akademik.⁴⁶

Jadi dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi Akademik adalah kecenderungan menunda-nunda menyelesaikan suatu pekerjaan yang seharusnya dikerjakan, tugas akademik berupa tugas individu maupun kelompok yang sering ditunda baik dengan alasan maupun tanpa alasan yang jelas.

b. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Ferrari dalam Gufron dan Rini menyebutkan bahwa perilaku penundaan dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya, berikut keterangannya.

1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

⁴⁴ Kartadinata, I, & Sia, T, "Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu", *Anima, Indonesian Psychological Journal*, vol. 23 : 2 (2008), hlm. 110-112.

⁴⁵ Rumaini, Prokrastinasi Akademik ditinjau Dari Motivasi Berpretasi dan Stress Mahasiswa, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, vol. 2 : 3 (2006), hlm. 36.

⁴⁶ A. Said Hasan Basri, "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas", *Hisbah, Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, vol. 14 : 2 (Desember, 2017), hlm. 58.

Seorang prokrastinator selalu menghabiskan waktunya bahkan secara berlebihan menghabiskan waktunya dan sengaja melakukan hal yang menyita waktu yang sama sekali tidak ada kaitannya dengan penyelesaian tugas. Meskipun seseorang tersebut mengetahui bahwa ada tugas-tugas yang harus segera diselesaikan, namun seorang prokrastinator lebih suka menunda-nundanya hingga dekat waktu *deadline*-nya.⁴⁷

2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas

Seorang prokrastinator membutuhkan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan tugasnya. Banyak faktor yang melatarbelakanginya selain karena menunda dalam mengerjakannya, prokrastinator melakukan hal-hal yang dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu tugas tanpa memperhitungkan waktu yang dimilikinya.

3) Kesenjangan waktu antar rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinaor sangat sulit untuk melakukan atau mengerjakan sesuatu sesuai dengan batas yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik ditentukan oleh diri sendiri maupun orang lain. Bahkan saat waktunya tiba seorang prokrastinator tetap tidak

⁴⁷ Warsiyah, *Menyontek Prokrasti nasi dan Keimanan*, (Yogyakarta: Trussmedia Grafika, 2015), hlm. 59.

mengerjakan tugasnya, sehingga menyebabkan keterlambatan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Seorang prokrastinator dengan sengaja menunda tugas dan tidak segera mengerjakannya untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan dan sifatnya menghibur.⁴⁸ Seperti menonton televisi, jalan-jalan, bermain game dan masih banyak lagi. Sehingga menyita waktu untuk menyelesaikan tugasnya.

Keempat ciri tersebut, merupakan ciri-ciri seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator bisa melakukan semua perilaku yang menjadi ciri-ciri prokrastinasi yang telah dipaparkan dalam teori tersebut atau salah satunya saja.

c. Area Tugas pada Prokrastinasi Akademik

Menurut Salomon dan Rothblum dalam buku Ghufron dan Rini menyebutkan enam area tugas prokrastinasi akademik, berikut pamarannya:

- 1) Tugas mengarang meliputi penundaan pelaksanaan tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, artikel, laporan dan lain sebagainya.
- 2) Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, ujian akhir semester dan ulangan harian dan mingguan.

⁴⁸ M. Nur Gufron dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*,... hlm. 158-160

- 3) Tugas membaca meliputi adanya penundaan membaca buku atau membaca referensi buku yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
- 4) Kinerja tugas administratif, seperti menulis catatan, presensi kehadiran dan mengembalikan buku perpustakaan.
- 5) Menghadiri pertemuan, penundaan maupun keterlambatan dalam menghadapi pelajaran.
- 6) Penundaan kinerja akademik, misalnya menunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas bahkan menunda dalam mengumpulkan tugas.⁴⁹

Secara umum, prokrastinator melakukan perilaku prokrastinasi akademik pada area yang telah dipaparkan di atas. Karena, enam area tersebut merupakan aktivitas atau tugas yang sering guru berikan kepada siswa.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Gufran dan Rini faktor prokrastinasi terbagi menjadi dua yaitu, faktor internal dan faktor eksternal. Berikut penjelasannya:

1) Faktor Internal

a) Kondisi fisik individu

Kondisi fisik individu sama halnya dengan kondisi fisik dan jasmani yang dapat dilihat dari kesehatannya. Misalnya

⁴⁹ *Ibid.*, hlm 162

kondisi fisik *fatigue*/lemah pada seseorang akan sangat mempengaruhi dalam menyelesaikan tugas bahkan dalam mengerjakannya tidak akan maksimal.

b) Kondisi psikologis individu

Kondisi psikologis adalah kondisi jiwa seseorang, baik itu dari sikap, perasaan, emosional dan lain-lain yang berkaitan dengan kondisi psikologisnya. Sehingga kondisi psikologis individu sangat mempengaruhi tinggi rendahnya prokrastinasi akademik.

2) Faktor Eksternal

a) Gaya pengasuhan orangtua

Gaya pengasuhan orang tua sangat mempengaruhi seorang anak dalam berperilaku prokrastinasi akademik. Terdapat dua gaya pengasuhan orangtua, yaitu gaya otoriter dan otoritatif.

b) Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang mengabaikan atau mengampangkan prokrastinasi akademik banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam hal pengawasannya.⁵⁰

Seorang prokrastinator melakukan prokrastinasi akademik dilatarbelakangi oleh kedua faktor tersebut. Dengan mengetahui

⁵⁰ *Ibid*, hlm. 162-165

faktor penyebab prokrastinasi memudahkan seorang konselor mengetahui pendekatan yang tepat untuk diberikan kepada seorang konseli yang mengalami prokrastinasi akademik.

c. Usaha-usaha Menangani Prokrastinasi Akademik

Banyak usaha-usaha yang dapat dilakukan untuk menghentikan sikap menunda-nunda. Jeffery dalam bukunya memaparkan bahwa ada tujuh kebiasaan-kebiasaan yang dapat prokrastinator lakukan untuk menyembuhkan.

- 1) Mengelola diri sendiri dari segi waktu
- 2) Mematok tujuan kecil: mengambil langkah kecil hari demi harinya
- 3) Melakukan tugas itu sendiri
- 4) Menuliskan segala sesuatu
- 5) Menghilangkan pengalih perhatian
- 6) Menjadi sadar ganjaran
- 7) Menyadari kecakapan intropeksi.⁵¹

Semua poin tersebut merupakan bagian dari usaha-usaha preventif dan represif dalam menangani dan menanggulangi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

⁵¹ Jeffery Combs, *Procrastination Cure, 7 Langkah Menghentikan Sikap Menunda-Menunda*, (Jakarta : Gramedia, 2002), hlm. 157-170

3. Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam

Ajaran agama islam merupakan rahmat bagi seluruh alam khususnya rahmat untuk manusia. Al-Qur'an telah banyak membicarakan mengenai persoalan yang dihadapi manusia, apa-apa yang telah diperintahkan maupun yang dilarang. Perbuatan menunda-nunda suatu pekerjaan merupakan salah satu perbuatan yang dilarang oleh Allah SWT, seperti firman Allah SWT yang termaktub dalam Al-Qur'an surat Al-Kahfi ayat 23 yaitu sebagai berikut:

وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَٰلِكَ غَدًا ۚ ۲۳

Artinya: *Dan jangan sekali-kali kamu mengatakan tentang sesuatu: "Sesungguhnya aku akan mengerjakan ini besok pagi"*⁵²

Berdasarkan firman Allah SWT tersebut menggambarkan bahwa adanya larangan yang tegas untuk tidak menunda-nunda suatu pekerjaan. Bahkan terdapat kalimat "jangan sekali-kali" yang menunjukkan bahwa jangan pernah untuk menunda suatu pekerjaan hingga esok. Al-Qur'an telah mengulang-ulang dalam berbagai surat betapa pentingnya untuk menghargai waktu agar manusia tidak melalaikannya dan tidak merasa menjadi manusia yang merugi. Sebagaimana yang dijelaskan pada surat Al-Ashr ayatt 1-2:

وَالْعَصْرِ ۝ ۱ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝ ۲

Artinya: "Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian"⁵³

⁵² *Ibid.*, hlm. 296

⁵³ *Ibid.*, hlm. 601

Ayat di atas menjelaskan bahwa manusia benar-benar dalam kerugian jika tidak memanfaatkan dan mengoptimalkan waktu yang ada. Menunda-nunda menunjukkan bahwa seseorang tersebut tidak tujuan yang jelas dan memiliki tekad yang rendah. Sebagaimana yang telah dijelaskan firman Allah SWT sudah sangat jelas bahwa Allah SWT sangat tidak menyukai jika hambanya menunda nunda suatu pekerjaan. Dampak dari perilaku menunda-nunda sudah ditegaskan dalam Al-Qur'an yaitu makin bertumpuknya suatu pekerjaan, jika pengerjaannya ditunda hingga nanti. Apabila perilaku menunda-nunda tersebut dilakukan secara terus menerus dan berulang-ulang maka akan terbentuk akhlak yang buruk.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan dalam sebuah penelitian sehingga dalam penelitian yang dilakukan terarah dan mendapatkan hasil yang optimal.⁵⁴ Metode yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif, yaitu penelitian yang dilakukan melalui pengumpulan data, dinyatakan dalam bentuk kalimat dan gambar.⁵⁵ Berikut uraian metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini:

⁵⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 2.

⁵⁵ Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), hlm. 94.

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*Field Research*), yaitu data-data yang didapatkan bersumber dari lapangan. Peneliti secara langsung mengadakan penelitian untuk mendapatkan data-data dan informasi yang dibutuhkan. Sedangkan sifat dalam penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang akhirnya menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari subjek dan objek dalam penelitian ini.⁵⁶ Pada penelitian ini, peneliti akan mendapatkan langsung data-data dan informasi yang dibutuhkan di lapangan kemudian mendeskripsikan gambaran fakta-fakta yang terjadi, yaitu mendeskripsikan tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta.

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan sumber data di mana peneliti mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka penelitian.⁵⁷

Sehingga subjek penelitian ini merupakan orang-orang yang terlibat langsung dengan objek penelitian atau informan dalam penelitian kali ini. Pemilihan informan didasarkan pada subjek yang menguasai permasalahan, memiliki data dan bersedia

⁵⁶ Moh. Kasiran, *Metode Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*, (Malang: Universitas Negeri Malik Ibrahim Press, 2010), hlm.175

⁵⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), hlm. 115.

memberikan data yang dibutuhkan dalam penelitian. Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah:

1) Ibu Dyah Estuti Tri Hartini, S.Pd selaku guru BK MAN 2 Yogyakarta. MAN 2 Yogyakarta memiliki tiga orang guru BK, namun penulis menjadikan Ibu Dyah sebagai subjek untuk mengetahui tahap-tahap pelaksanaan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta. Dikarenakan ibu Dyah yang menangani kelas XI dan melakukan penanganan prokrastinasi akademik dengan menggunakan konseling behavior.

2) Siswa kelas XI MAN 2 Yogyakarta.

Pelaku prokrastinasi akademik di MAN 2 Yogyakarta tersebar di kelas X, XI, XII total siswa yang melakukan prokrastinasi akademik sebanyak 25 orang. Akan tetapi tidak semua siswa prokrastinasi akademik dijadikan sebagai subjek penelitian.

Hal tersebut dikarenakan penulis memiliki kriteria tertentu sebagaimana yang telah disepakati bersama guru bimbingan dan konseling. Adapun siswa prokrastinasi akademik yang menjadi subjek dalam penelitian ini yaitu memiliki kriteria sebagai berikut:

a) Siswa yang melakukan prokrastinasi akademik sedang menempuh pendidikan di kelas IX pada Tahun pelajaran 2018/2019.

b) Melakukan tindakan prokrastinasi akademik paling tinggi. Dibuktikan dari hasil absensi kehadiran dan keterangan guru mata pelajaran/wali kelas.⁵⁸

c) Sudah melaksanakan layanan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh guru BK MAN 2 Yogyakarta.⁵⁹

Terdapat 19 orang siswa pelaku prokrastinasi akademik yang sedang menempuh pendidikan di MAN 2 Yogyakarta Tahun pelajaran 2018/2019. Kemudian siswa yang melakukan layanan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik sebanyak 5 orang siswa.

Berdasarkan hasil wawancara dan analisis data yang diperoleh dari guru bimbingan dan konseling (konselor), terdapat dua orang siswa prokrastinasi akademik yang sesuai dengan kriteria subjek dalam penelitian ini, yaitu

berinisial DAWA (konseli I) dan RAD (konseli II). Subjek berinisial DAWA sebagai subjek I merupakan siswa kelas XI IPS 2, dan subjek berinisial RAD merupakan kelas XI IPA 2.

3) Ibu Dhany Melyana, S.Pd. dan Retno Wulandari, S.Si. merupakan guru mata pelajaran Geografi dan menjadi subjek ke III. Penulis memilih Ibu Dhany dan Retno sebagai

⁵⁸ Hasil Dokumentasi Absensi Kehadiran Terlampir, pada tanggal 02 November 2018

⁵⁹ Hasil Wawancara dengan Ibu Dyah, Guru BK MAN 2 Yogyakarta, pada tanggal 30 Oktober 2018.

penguji keabsahan data bagi subjek ke I. Selain itu karena subjek berinisial DAWA paling sering menunda mengumpulkan tugas Geografi dari semua mata pelajaran yang ada.⁶⁰

- 4) Nur Harsih S, S.Pd.,M.Pd merupakan wali kelas subjek ke II. Penulis menjadikan ibu Nur sebagai penguji keabsahan data subjek ke II, dimana ibu Nur sendiri guru yang selalu menangani dan mengetahui perilaku siswa kelas XI IPA 2 MAN Yogyakarta.⁶¹

b. Objek Penelitian

Objek penelitian merupakan sasaran dari adanya penelitian ini.⁶² Selain itu objek penelitian merupakan hal-hal yang berhubungan dan menjadi pokok pembahasan pada penelitian yang dilakukan.⁶³ Dengan demikian, yang menjadi objek penelitian ini adalah tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa kelas IX MAN 2 Yogyakarta.

⁶⁰ Hasil Wawancara dengan Ibu Dhany Melyana Selaku Guru Mata Pelajaran Geografi, pada tanggal 02 November 2018.

⁶¹ Hasil Wawancara dengan Ibu Nur Harsih Selaku Wali Kelas Konseli II, pada tanggal 02 November 2018.

⁶² Lexy J. Moleng, *Metode Penelitian Kualitatif*,...hlm. 622

⁶³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu...*, hlm. 141.

3. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini melalui tiga cara yaitu:

a. Observasi

Metode observasi merupakan metode yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan.⁶⁴ Observasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi non-partisipan, dimana seorang pengamat berada di luar subyek yang diamati dalam kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh subyek dan tidak turut ambil bagian dalam kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh subyek.⁶⁵ Adapun kegunaan dalam penggunaan teknik ini bertujuan untuk mengetahui tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Yogyakarta.

b. Wawancara

Wawancara merupakan suatu metode pengumpulan data melalui percakapan. Percakapan dilakukan oleh kedua belah pihak, pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai yang memberikan jawaban atas pertanyaan pewawancara tersebut.⁶⁶

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan wawancara terstruktur karena pertanyaan dan alternatif jawaban

⁶⁴ M. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2011), hlm. 118.

⁶⁵ Irwan Seohartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2002), hlm. 70

⁶⁶ Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif Edisi Revisi...*, hlm. 186

yang diberikan kepada subjek telah ditetapkan terlebih dahulu oleh pewawancara dalam bentuk pedoman wawancara.⁶⁷ Wawancara ini dilakukan untuk memperoleh data atau informasi mendalam dari subjek peneliti, yaitu berupa data dan informasi mengenai tahap-tahap konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah cara mendapatkan informasi dari data-data yang ada dengan melihat benda-benda yang ada atau mencatat suatu laporan yang sudah tersedia.⁶⁸ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode dokumentasi untuk memperoleh data tentang gambaran umum, struktur organisasi, visi dan misi, sarana dan prasarana konseling, letak geografis, catatan-catatan keberhasilan guru dan bimbingan konseling dalam melakukan pendekatan behavior, beserta dokumen-dokumen penting mengenai tahapan-tahapan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Yogyakarta.

4. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif karena perolehan data yang diperoleh berupa kata-kata, gambar, dan tidak dituangkan dalam bentuk bilangan atau angka

⁶⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hlm. 321

⁶⁸ Koentjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Gramedia, 1983), hlm.63.

statistik.⁶⁹ Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun data penelitian secara sistematis yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi.⁷⁰ Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah di lapangan. Adapun yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini yaitu analisis kualitatif, yaitu dengan langkah-langkah:

a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan langkah awal yang dilakukan dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui metode atau teknik pengumpulan data, maka penelitian tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar yang ditetapkan.⁷¹

b. Reduksi Data

Reduksi data dapat disebut juga dengan merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Memfilter data-data yang penting yaitu data yang sesuai dengan teori dan rumusan masalah.⁷²

c. Penyajian Data

Penyajian data ini merupakan sekumpulan informasi yang bisa disajikan dalam bentuk uraian singkat, bagan, narasi, gambar,

⁶⁹ Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm. 39

⁷⁰ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hlm. 244.

⁷¹ *Ibid*, hlm. 240.

⁷² *Ibid*, hlm. 247.

grafik, dan lain sebagainya. Dengan penyajian ini dapat dipahami apa yang terjadi dan apa yang harus dilakukan oleh peneliti.

d. Penarikan Kesimpulan

Pada langkah terakhir, analisis selanjutnya adalah penarikan kesimpulan atau verifikasi.⁷³ Penarikan kesimpulan atau verifikasi dilakukan berdasarkan rumusan masalah yang mana makna-makna yang muncul dari data-data diuji kebenarannya, sehingga jelas kegunaannya.

5. Pengujian Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah pengujian keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain untuk pengecekan atau perbandingan terhadap data yang ada.⁷⁴ Denzim dalam Moelong memaparkan ada empat teknik pemeriksaan untuk mencapai keabsahan yaitu, memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik dan teori.⁷⁵

Dalam penelitian ini teknik keabsahan data yang dipilih yaitu teknik triangulasi yang memanfaatkan sumber data, berasal dari wawancara dan dokumentasi. Sumber data tersebut kemudian akan dibandingkan dengan data yang diperoleh dari subjek.

⁷³ *Ibid*, hlm. 252.

⁷⁴ Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif...*, hlm. 330

⁷⁵ *Ibid*, hlm. 330



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Konseling behavior merupakan salah satu bimbingan konseling yang berpusat pada perubahan tingkah laku. Prokrastinasi akademik merupakan salah satu perilaku maladaptif yang ada di sekolah. Perilaku siswa yang selalu menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sangatlah tidak baik dikarenakan menyebabkan keterlambatan dalam pengumpulan tugas. Perilaku tersebut perlu dirubah menjadi perilaku yang sadar akan kewajibannya sebagai seorang pelajar. Berdasarkan hasil penelitian pelaksanaan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta memiliki lima tahapan, yaitu:

1. Asesmen, dimana konselor mendapatkan hasil penelitian apa yang menjadi faktor penyebab perilaku prokrastinasi akademik terhadap DAWA dan RAD.
2. Menetapkan Tujuan, pada tahapan ini konseli bertanggung jawab terhadap semua tugas dan tanggung jawabnya. Tujuannya agar konseli mandiri dan tidak menunda-nunda tugasnya lagi.
3. Implementasi Teknik, teknik yang digunakan DAWA yaitu desentisasi positif guna menurunkan kecemasan dan penguatan positif. Sedangkan pada RAD yaitu penguatan positif dan hukuman.

4. Evaluasi dan Pengakhiran, dimana konseli menyadari dan berkomitmen untuk tidak menunda nunda tugasnya lagi.
5. *Feedback*, diakarenakan proses konseling tidak berhasil bagi kedua subjek baik DAWA maupun RAD oleh karena itu perlu ada perbaikan dan tindak lanjut yang lebih dalam menangani kasus konseli.

B. Saran

Perlu adanya penanganan secara mendalam dan intensif dalam menangani permasalahan prokrastinasi akademik. Meskipun perilaku tersebut merupakan perilaku yang seringkali dilakukan oleh siswa, namun jika tidak ditangani secara serius akan menjadi kebiasaan diri yang melekat dan sulit untuk dirubah. Jika banyak siswa yang menunda-nunda tugas akan mengganggu target capaian kompetensi yang ditargetkan guru dan sekolah. Selain itu perlu penanganan yang lebih serius dan intensif kepada konseli dalam menangani prokrastinasi akademik supaya tujuan dari proses konseling yang dilakukan tercapai.

C. Penutup

Demikianlah hasil penelitian penulis yang tertuang dalam bentuk skripsi. Semoga skripsi yang telah selesai ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi keilmuan terutama sebagai referensi pada bidang keilmuan bimbingan konseling islam. Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan oleh penulis. Terimakasih sekali lagi penulis ucapkan kepada segenap pihak yang telah terlibat dalam memberikan doa dan bantuan berupa

informasi dan dukungan kepada penulis. Semoga diberkahi oleh Allah.

Waalahualam bissowab.



DAFTAR PUSTAKA

- Admin, "Profil", MAN 2 Yogyakarta, <http://man2yogyakarta.sch.id/profil-sekolah/>, diakses tanggal 5 Februari 2018.
- Agustiani, Hendianti, *Psikologi Perkembangan*, Bandung: Aditama, 2009.
- Anonim, "Madrasah Aliyah", Wikipedia, https://id.wikipedia.org/wiki/Madrasah_aliyah, diakses tanggal 05 April 2018.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1993.
- Azizah, Nur, *Evektivitas Konseling Behavioral Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Kartika II-2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 20017/20018*
- Basri, A. Said Hasan, "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas", *Hisbah, Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, vol 14 :2. Desember, 2017.
- Bungin, M. Burhan, *Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Prenada Media Group, 2011.
- Chaplin, JP, *Kamus Lengkap Psikologi*, penerjemah Kartini Kartono, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014.
- Combs, Jeffery, *Procrastination Cure, 7 Langkah Menghentikan Sikap Menunda-Menunda*, Jakarta : Gramedia, 2002.
- Fatmawati, Umi, *Hubungan Motivasi Belajar dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa MAN Lab UIN Yogyakarta Kelas XI IPS*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Yogyakarta: Program Studi Bimbingan Konseling Islam, UIN Sunan Kalijaga, 2014.
- Gantina, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: Indeks, 2011.
- Gasim, Gaudensius, *Hubungan Kemampuan Manajemen Waktu Dengan Kebiasaan Prokrastinasi Penulisan Skripsi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2011 dan 2012*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pengetahuan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan, Universitas Sanata Dharma: 2016.
- Ghufran, M. Nur dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.

- Hartono, Boy Sudarmadji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi*, (Jakarta: Kencana Predana Media Grup, 2012.
- Hastuti, Winkel, *Bimbingan dan Konseling Islam Di Instuti Pendidikan*, Yogyakarta: Media Abadi, 2013
- Juntika, Yusuf , *Landasan Bimbingan Konseling*, Bandung: Rosdakarya, 2005.
- Kartadinata, I, & Sia, T, “Prokrastinasi Akademik Dan Manajemen Waktu”, *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 23 (2), 2008.
- Kasiran, Moh, *Metode Penelitian Kualitatif-Kuantitif*, Malang: Universitas Negeri Malik Ibrahim Press, 2010.
- Kementrian Agama RI, *Al-Hikmah: Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2010.
- Knaus, Willian, *End Procrastination Now*, New York : Mc Graw-Hill, 2010.
- Koentjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, Jakarta: Gramedia, 1983.
- Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Moleong, Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif: Edisi Revisi*, Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2013.
- Mulyono, Afsony Dwi, *Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Kasus pada Mahasiswa IAIN Sunan Ampel*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Surabaya: Program Studi Psikologi Fakultas Dakwah, IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2012.
- Oktariana, Yohana, *Teori Konseling Behavior Untuk Meningkatkan Aplikasi Pembelajaran Akidah Akhlak Siswa Madrasah Aliyah (Teori Modelling Albert Bandura)*, *Lentera STKIP-PGRI*, vol. 2, 2012.
- Praptiana, Rahayu dan Muhamad Rozikan, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMK Perintis 29 Ungaran Tahun Ajaran 2014/2015”, vol 1: 1 Oktober 2014.
- Pusat Bahasa Departemen Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: Tim Redaksi Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2008.
- Puswanti, “Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavioristik pada Siswa SMK”, *Psikopadagogia*, vol. 3: 1, Universitas Ahmad Dahlah, 2014.

- Rifa'I, Muhammad, *Sosiologi Pendidikan*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011.
- Rizqi, Laila, *Hubungan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Di MAN III Yogyakarta*, Skripsi, Yogyakarta, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2015.
- Rosita, Yuni *Pelaksanaan Konseling Behavior Dalam Mengatasi Phobia Kucing Seorang Klien Di Rasamala 2 Menteng Dalam Tebet Jakarta Selatan*, Skripsi Tidak Diterbitkan, Jakarta: Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Syarif Hidayatullah, 2008.
- Rumaini, Prokrastinasi Akademik ditinjau Dari Motivasi Berprestasi dan Stress Mahasiswa, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, vol 2: 3, Semarang : Universitas Diponegoro, 2006.
- Seohartono, Irwan, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2002.
- Soesilowindradini, *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*, Surabaya: Usaha Nasional, 1994.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006.
- Surya, Muhammad, *Dasar-dasar Konseling Pendidikan (Teori dan Konsep)*, Yogyakarta: Kota Kembang, 1988.
- Surya, Muhammad, *Teori-Teori Konseling*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003.
- Surya. Moh, *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*, Yogyakarta: Kota Kembang, 1988.
- Suryadi, *Layanan Bimbingan dan Konseling Belajar Untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Boarding School Studi Kasus di SMA IT Abu Bakar*", Tesis, Yogyakarta : Program Studi Interdicipliner studies Konsentrasi BKI, UIN Sunana Kalijaga, 2017.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali Pers, 2009.

Valentina, Eva, *Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Trimurjo Tahun Ajaran 2016/2017*, Skripsi, 2017.

Warsiyah, *Menyontek Prokrastinasi dan Keimanan*, Yogyakarta: Trussmedia Grafika, 2015.

Waryono, dkk., *Pedoman Penulisan Skripsi*, Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2014.



PEDOMAN OBSERVASI, DOKUMENTASI DAN WAWANCARA

No.	Pedoman	Indikator Pencarian Data
1	Observasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Kondisi fisik dan lingkungan MAN 2 Yogyakarta. b. Kondisi fisik dan lingkungan BK MAN 2 Yogyakarta. c. Situasi kondisi sekolah, guru-guru dan siswa MAN 2 Yogyakarta. d. Keadaan sarana prasarana bimbingan konseling MAN 2 Yogyakarta
2	Dokumentasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Gambaran Umum MAN 2 Yogyakarta <ul style="list-style-type: none"> 1) Sejarah berdirinya MAN 2 Yogyakarta. 2) Letak geografis MAN 2 Yogyakarta. 3) Visi dan misi serta tujuan MAN 2 Yogyakarta. 4) Sarana dan prasarana MAN 2 Yogyakarta. 5) Keadaan tenaga pendidik, tenaga kependidikan, Dan Peserta didik di MAN 2 Yogyakarta. 6) Struktur organisasi di MAN 2 Yogyakarta. b. Gambaran bimbingan dan konseling di MAN 2 Yogyakarta. <ul style="list-style-type: none"> 1) Koordinator dan Guru BK 2) Struktur Organisasi BK 3) Gambaran penggunaan media BK 4) Gambaran layanan informasi dalam BK

PEDOMAN WAWANCARA
Guru BK MAN 2 Yogyakarta

A. Identitas Informan

Nama :
Jenis Kelamin :
Jabatan :
Waktu Wawancara :

B. Sasaran Wawancara

Mengetahui gambaran umum mengenai bimbingan konseling secara keseluruhan di MAN 2 Yogyakarta dan bagaimana tahap-tahap pelaksanaan konseling behavior dalam penanganan prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Yogyakarta.

C. Butir-butir Pertanyaan

1. Bagaimana dasar dan tujuan bimbingan konseling?
2. Bagaimana program kerja bimbingan konseling?
3. Bagaimana guru BK mengatasi masalah pada siswa tersebut, dan metode apa saja yang biasa digunakan?
4. Sejak kapan konseling behavior diadakan?
5. Bagaimana awal mulanya adanya konseling behavior di sekolah ini?
6. Bagaimana guru BK mendiagnosis adanya prokrastinasi pada siswa tersebut?
7. Bagaimana alur siswa dapat menjadi konseli pada konseling behavior?
8. Bagaimana alur kordinasi yang dilakukan dengan wali kelas/ guru mata pelajaran?
9. Mengapa menggunakan konseling behavior dalam menangani prokrastinasi akademik?
10. Berapa konseli yang pernah ditangani melalui konseling behavior?
11. Kapan melaksanakan konseling behavior?

12. Bagaimana tahap tahap pelaksanaan konseling behavior?
13. Apakah melaksanakan tahap-tahapan dalam konseling dilakukan dalam satu waktu atau kontinui?
14. Bagaimana tahapan melakukan Asesmen? apakah menggunakan analisis ABC? Jika iya bagaimana *Antecedent, behavior dan consequen-nya*?
15. Bagaimana tahapan dalam menentukan langkah tujuan yang ingin di capai dalam proses konseling behavior dalam menangni prokrastinasi akademik?
16. Teknik apa yang dunakan, untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan?
17. Bagaimana dan menggunakan media apa dalam melakukan evaluasi dan pengakhiran konseling behavior ?
18. Apa feedback yang dilakukan selama proses konseling?
19. Tahap tindak lanjut apa yang dilakukan?
20. Hasil secara keseluruhan? Berhasil atau tidak, jika tidak kenapa?
21. Apa kendala yang dialami saat melakukan konseling behavior?

PEDOMAN WAWANCARA
Guru Mata Pelajaran MAN 2 Yogyakarta

A. Identitas Informan

Nama :
Jenis Kelamin :
Jabatan :
Waktu Wawancara :

B. Sasaran Wawancara

Mengetahui latar belakang dan penyebab siswa prokrastinasi akademik.

C. Butir-butir Pertanyaan

1. Bagaimana layanan bimbingan konseling MAN 2 Yogyakarta?
2. Apa penyebab siswa menunda tugas tersebut?
3. Adakah penanganan atau cara tersendiri untuk mengantisipasi siswa yang menunda-nunda tersebut sebelum dialih tangankan kepada guru BK?
4. Bagaimana kordinasi dengan guru BK?

PEDOMAN WAWANCARA
SISWA MAN 2 Yogyakarta

A. Identitas Informan

Nama :
Jenis Kelamin :
Jabatan :
Waktu Wawancara :

B. Sasaran Wawancara

Mengetahui latar belakang dan penyebab siswa prokrastinasi akademik.

C. Butir-butir Pertanyaan

1. Berapa kali anda melakukan konseling behavior?
2. Mengapa menunda mengerjakan tugas?
3. Apa perasaan anda saat terlambat mengumpulkan tugas?
4. Bagaimana perasaan saat melaksanakan proses konseling?
5. Apa yang didapatkan dari konseling tersebut?
6. Apa yang dilakukan setelah melakukan proses konseling?
7. Bagaimana perasaan dan langkah selanjutnya setelah dilakukanya proses konseling?

DOKUMENTASI



Dokumentasi dengan subjek berinisial DAWA



Dokumentasi dengan Guru Mata Pelajaran Geografi



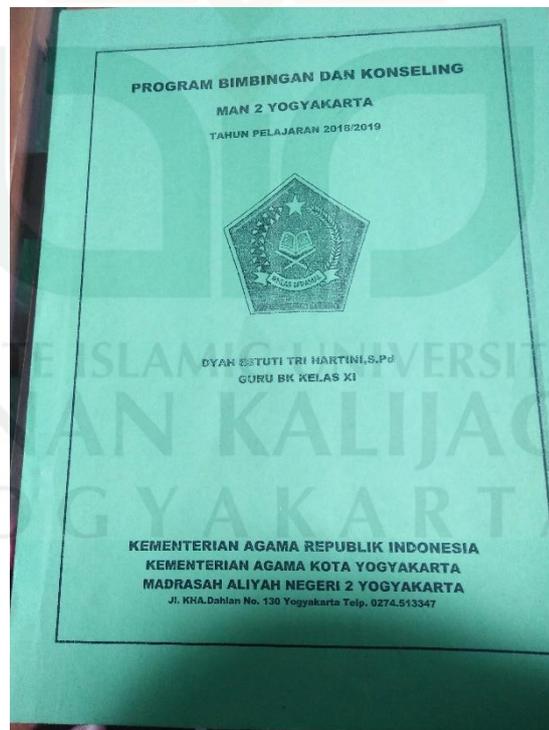
Dokumentasi Dengan Ibu Dyah Guru BK MAN 2 Yogyakarta



Dokumentasi Dengan Subjek Berinisial CLS



Dokumentasi Dengan Ibu Nur Harsih, Wali Kelas RAD



Dokumentasi Program Kerja MAN 2 Yogyakarta

Profil Guru BK MAN 2 Yogyakarta

Nama Lengkap : Dyah Estuti Tri Hartini, S.Pd
NIP : 197601102007102003
Tempat, Tanggl Lahir : Pandeglang, 10 Januari 1976
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Donggelan JI Bantul Rt 01 No 66
Jabatan : Guru Bimbingan Konseling XI
Wakil Kepala Madrasah bagian Kesiswaan
Agama : Islam
Satus : Sudah Menikah



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama : Rahmanisa
2. NIM : 15220012
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Tempat/Tgl Lahir : Ciamis, 25 Januari 1997
5. Agama : Islam
6. Alamat Asal : Kampung Baru, Ukui, Pelalawan, Riau
7. Alamat Tinggal : Perum Polri Gowok, Rt 16 Rw 05, Blok DII No.
182, Sleman, Yogyakarta
8. No Hp : 0821-3823-7511
9. Email : rahmayakusa@gmail.com



B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal

SDN 007 Kampung Baru, Riau	2004-2009
MTs Khairul Ummah, INHU Riau	2009-2012
MAN Darussalam, Ciamis Jawa Barat	2012-2015
S1 BKI UIN Sunan Kalijaga	2015-2019
2. Pendidikan Non-Formal

Pelatihan Kader I (Basic Training)	2015
Penataran KOHATI	2015
Pelatihan Pengelolaan Program GenRe bagi Pendidik Sebaya Angkatan 2	2016
Bridge Speaking	2016
Pronunciation 1	2016
Pelatihan Kader II (Intermediet Training)	2016
Training Jurnalistik	2016

C. Pengalaman Organisasi

Himpunan Mahasiswa Islam Komisariat Fakultas Dakwah	2017-2018
Forum Sahabat Inklusi Pusat Layanan Difabel UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	2016-2017
Korps HMI Wati UIN Sunan Kalijaga	2016-2017
HMPS Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	2016-2018
KOHATI UIN Sunan Kalijaga	2018-sekarang