

# UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING MENGATASI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA PASCA PANDEMI COVID-19

*Rizki Assingkily, Mahidin*

---

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan  
Jl. Williem Iskandar Pasar V Medan Estate, Deli Serdang, Sumatera Utara  
e-mail: [rizkiassingkily@gmail.com](mailto:rizkiassingkily@gmail.com), [mahidin@uinsu.ac.id](mailto:mahidin@uinsu.ac.id)

---

**Abstrak:** Penugasan merupakan bagian penting dalam proses pembelajaran. Akan tetapi, peserta didik memandang bahwa tugas itu sebagai beban, sehingga sering menunda bahkan tidak mengerjakan tugas dengan sengaja, diistilahkan dengan perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa upaya guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Adapun fokus penelitian ini ditujukan pada siswa di MAN 1 Aceh Tenggara dengan latar waktu pasca pandemi Covid-19 untuk meninjau kembali perbedaannya dengan era pandemi Covid-19. Adapun pendekatan penelitian ini menggunakan kualitatif dengan metode studi kasus. Pemerolehan data melalui teknik observasi partisipan, wawancara mendalam dan studi dokumentasi. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa upaya guru BK dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa di MAN 1 Aceh Tenggara terlaksana dengan efektif. Hal ini ditandai dengan dua tindakan, yakni langkah pencegahan dan pelayanan konseling. Adapun pencegahan berupa bimbingan klasikal, kelompok, dan pemberian layanan bimbingan individu kepada siswa. Sedangkan pelayanan konseling berupa sanksi edukatif bagi siswa bermasalah dan apresiasi atas keberhasilan siswa menyelesaikan tugas tepat waktu. Penelitian ini berimplikasi pada perbaikan sikap siswa khususnya dalam mengikuti pembelajaran.

**Kata Kunci:** Guru Konseling, Pembinaan Siswa, Prokrastinasi Akademik

**Abstract:** Assignments are an important part of the learning process. However, students view the task as a burden, so that they often delay or even do not do the task on purpose, which is termed academic procrastination behavior. This study aims to analyze the efforts of guidance and counseling teachers in overcoming students' academic procrastination behavior. The focus of this research is aimed at students at MAN 1 Aceh Tenggara with a post-Covid-19 pandemic setting to review the differences from the Covid-19 pandemic era. The research approach uses qualitative case study method. Obtaining data through participant observation techniques, in-depth interviews and documentation studies. The results of this study concluded that the counseling teacher's efforts to overcome academic procrastination behavior in students at MAN 1 Aceh Tenggara were carried out effectively. This is marked by two actions, namely preventive measures and counseling services. As for prevention in the form of classical guidance, groups, and the provision of individual guidance services to students. While counseling services in the form of educative sanctions for troubled students and appreciation for the success of students completing assignments on time. This research has implications for improving students' attitudes, especially in participating in learning.

**Keywords:** Counseling Teacher, Student educating, Academic Procrastination

## PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan proses interaksi komunikasi antara siswa, guru, dan berbantuan sumber belajar. Salah satu upaya guru dalam mengoptimalkan proses belajar siswa ialah melalui penugasan. Hal ini didasarkan pada pentingnya penugasan sebagai bentuk stimulus rasa ingin tahu, kemandirian belajar, serta uji tingkat pemahaman siswa terhadap setiap materi yang diajarkan oleh guru.

Idealnya, siswa sebagai insan akademik yang mengharapkan fasilitas belajar dan transfer wawasan dari guru, mampu mengerjakan tugas dengan benar dan tepat waktu. Selain itu, guru sengaja memberi tugas bagi siswa untuk menjadi bahan ulang kajian materi di rumah (diistilahkan dengan pekerjaan rumah atau PR) maupun tugas kelompok bersama teman sebaya. Lebih lanjut, siswa akan memahami materi ajar secara kompleks, komprehensif, dan berulang-ulang (Oematan, 2013).

Begitupun, realita pada satuan lembaga pendidikan menunjukkan hal berbeda, siswa masih mempersepsikan tugas sebagai suatu beban akademis, menguras energi dan pikiran, sehingga senang menunda-nunda penyelesaian tugas, atau dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Menurut Daulay (2019), sikap menunda tugas akan menjadi cikal-bakal keterlambatan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.

Sikap penundaan tugas akademik yang terjadi pada siswa bukanlah permasalahan *sepele* yang dapat diabaikan begitu saja. Sebab, sikap tersebut dapat menjadi habituasi bahkan karakter melekat pada diri siswa, sehingga menyulitkan siswa

untuk berkembang dan memenuhi kebutuhan perkembangan diri (Assingkily & Rangkuti, 2020). Bahkan, siswa juga mengalami penurunan semangat belajar, harapan atau inspirasi masa mendatang, bahkan tidak percaya diri untuk aktif dalam pembelajaran.

Menurut Aziz (2015), sikap menunda akademik atau perilaku prokrastinasi akademik cenderung memperlambat pemenuhan kebutuhan perkembangan siswa. Hal ini semakin ironis dengan cara guru yang kerap kali menghukum siswa di hadapan teman sebaya karena tidak mengerjakan tugas sekolah. Tentu, hal ini dipandang paradoksal antara hak dan kewajiban guru dalam mendidik siswa.

Sikap prokrastinasi akademik menjadi alasan banyaknya remedial yang harus diberikan oleh guru kepada siswa, untuk menutupi kelemahan ujian sebelumnya. Lebih lanjut, tidak jarang siswa yang harus membantu orang tua di rumah, sehingga menjadi alasan tidak mengerjakan PR tepat waktu (Reza, 2015). Dengan demikian, perilaku prokrastinasi akademik adalah suatu bahaya laten yang harus diselesaikan oleh guru.

Dalam konteks ini, guru BK dipandang sebagai figur sentral dalam mencegah, membimbing, menangani, bahkan mengatasi problematika yang dialami oleh siswa, termasuk perilaku prokrastinasi akademik. Sebab, guru BK memiliki kompetensi yang mampu memberi bimbingan dan konseling kepada siswa. Lebih lanjut, keterlambatan siswa dalam menyelesaikan tugas (PR) ini dapat dijumpai oleh guru BK penyelesaiannya, yakni kooperatif

bersama orang tua siswa, wali kelas, dan siswa yang bersangkutan.

Berdasarkan studi pendahuluan di MAN 1 Aceh Tenggara, peneliti memperoleh sejumlah informasi. Di antaranya keterangan yang disampaikan oleh siswa inisial R yang menjelaskan bahwa keterlambatan penyelesaian PR atau tugasnya didasarkan pada rasa malas dan dampak dari pandemi Covid-19 belajar sistem *online*, serta terbiasa mengerjakan tugas berbantuan *google*. Di samping itu, siswa R adalah ketua OSIM, sehingga merasa tugas kesiswaan lebih penting dan sering menyibukkannya ketimbang tugas di sekolah.

Mendukung informasi di atas, Guru BK di MAN 1 Aceh Tenggara menerangkan bahwa upaya yang dilakukannya dalam mencegah dan mengatasi permasalahan siswa ialah bimbingan klasikal, kelompok dan konseling individu. Tujuan utamanya, yaitu memotivasi siswa dalam proses pembelajaran, terutama di masa pasca pandemi Covid-19. Sebab, setiap siswa yang mengalami permasalahan dalam penugasan dan lainnya, guru bidang studi atau wali kelas bekerjasama dengan menyerahkan siswa tersebut kepada guru BK. Fenomena tersebut, menunjukkan bahwa guru BK memiliki andil besar dalam penanganan setiap kasus belajar siswa, termasuk perilaku prokrastinasi akademik.

Sejatinya, penelitian tentang prokrastinasi akademik telah dibahas dari berbagai sudut pandang oleh peneliti terdahulu. Di antaranya tentang pengelolaan waktu dan prioritas target belajar siswa (Kartadinata & Sia, 2008), tingkat keseriusan dan konsentrasi belajar peserta didik (Suriyah & Tjundjing, 2007), penyebab siswa menunda

untuk mengerjakan PR atau tugas (Fauziah, 2015), menurunnya semangat dan prestasi belajar siswa (Ramadhan & Winata, 2016), pengaruh konsep diri dan efikasi diri terhadap hasil akademik siswa (Khotimah, *et.al.*, 2016), hambatan pengerjaan tugas dan keinginan siswa untuk mendapat hasil sempurna atau perfeksionisme (Wulan & Abdulah, 2014; Nanik, 2008), serta karakteristik mahasiswa yang suka menunda tugas akademik (Munawaroh, *et.al.*, 2017).

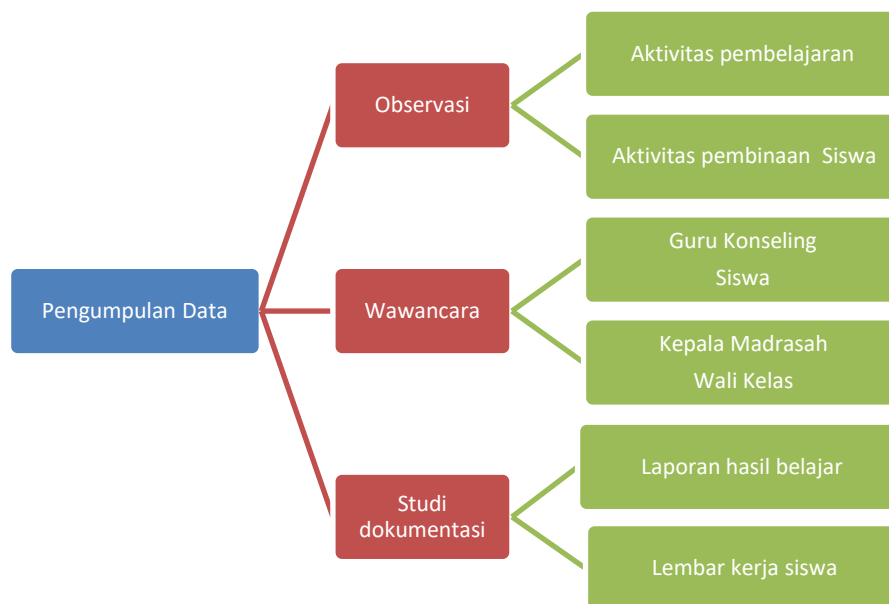
Berdasarkan *literature review* di atas, ditemukan *gap analysis* atau distingsi penelitian ini dengan terdahulu, yaitu (1) prokrastinasi akademik belum ada secara spesifik dibahas berkaitan dengan upaya penanganannya terhadap siswa oleh guru BK; (2) latar penelitian di MAN 1 Aceh Tenggara, dan (3) latar waktu penelitian pada masa pasca pandemi Covid-19. Berkaitan dengan ini, maka adapun tujuan penelitian ini untuk menganalisa upaya guru bimbingan dan konseling (BK) dalam mengatasi perilaku prokrastinasi akademik siswa. Adapun fokus penelitian ini ditujukan pada siswa di MAN 1 Aceh Tenggara dengan latar waktu pasca pandemi Covid-19 untuk meninjau kembali perbedaannya dengan era pandemi Covid-19.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi deskriptif analisis berbasis *field study* (riset lapangan). Adapun fokus pembahasan ialah upaya guru BK dalam mengatasi prokrastinasi akademik di kalangan siswa MAN 1 Aceh Tenggara, khususnya pasca pandemi Covid-19. Penelitian ini dilaksanakan di MAN 1 Aceh Tenggara, Jl. Iskandar Muda No. 5

Kompleks Pelajar, Desa Gumpang Jaya, Kec. Babussalam, Aceh Tenggara. Adapun data penelitian diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Informan penelitian ini meliputi Kepala Madrasah, Wakil Kepala Madrasah (WKM) Bidang Kurikulum dan Bidang Kesiswaan, Guru BK, Wali Kelas XI, dan siswa MAN 1 Aceh

Tenggara. Selanjutnya, peneliti menganalisa data menggunakan teknik reduksi atau pemilahan data relevan, penyajian data, hingga verifikasi (penarikan kesimpulan) (Assingkily, 2021). Untuk menguji keabsahan data penelitian, maka digunakan teknik triangulasi data. Lebih lanjut, alur penelitian dapat dilihat pada skema (1) di bawah ini:



**Gambar 1.** Prosedur Pengumpulan Data dan Informan Penelitian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Prokrastinasi akademik menjadi “penyakit laten” yang menghambat pengembangan potensi diri peserta didik. Seolah hambatan ini tidak memiliki “obat” atau “pencegah” melainkan dari internal diri peserta didik (Muyana, 2018). Padahal, melalui pengerjaan tugas tepat waktu dapat mengasah keterampilan berpikir kritis peserta didik, serta membina karakter disiplin, sopan santun (menaruh hormat pada guru), dan jujur (Munawaroh, *et.al.*, 2017).

Menurut Arief (2014), dalam konteks mengatasi prokrastinasi akademik pada siswa, dibutuhkan peran sentral guru BK sebagai

pencegah melalui langkah bimbingan dan pengatasan masalah melalui langkah konseling. Senada dengan pendapat tersebut, Erdianto & Dewi (2020) mengemukakan bahwa guru BK hendaknya hadir sebagai identifikator permasalahan akademik siswa, sehingga dapat ditemukan solusi sesuai dengan jenis permasalahannya. Ini menunjukkan bahwa guru BK merupakan salah satu profesi yang memiliki tanggung jawab besar dalam mengatasi permasalahan akademik siswa. Lebih lanjut, upaya guru BK di MAN 1 Aceh Tenggara dalam mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik siswa diuraikan pada poin-poin di bawah ini:

## Prokrastinasi Akademik di Kalangan Siswa

Siswa jenjang madrasah aliyah atau usia remaja merupakan fase penemuan jati diri. Di mana, siswa berupaya mengekspresikan keinginan diri sesuai dengan pengalaman dan wawasannya (Hidayati & Aulia, 2019; Annisa, 2018). Lebih lanjut, tidak jarang siswa usia remaja terbawa arus perkembangan zaman, terutama teknologi *smartphone*. Padahal, pada fase ini siswa dituntut untuk mampu mengembangkan kecerdasan emosional, komunikatif, dan peduli terhadap lingkungan sekitar (Astuti, 2020).

Salah satu permasalahan yang disebabkan kecanggihan teknologi dan berdampak pada proses perkembangan siswa ialah sikap prokrastinasi akademik. Hal ini dipandang paradoksal, di mana siswa dulunya dilarang menggunakan *handphone* ke sekolah/madrasah, kini *malah* menjadi suatu keharusan siswa memiliki *smartphone*. Tidak lain, disebabkan oleh peristiwa pandemi Covid-19 per Maret 2020 lalu. Bahkan, seluruh aktivitas pembelajaran di sekolah diberhentikan selama beberapa bulan, digantikan dengan sistem pembelajaran daring atau *online* (Rahmawati, 2021).

Menurut Ilyas & Suryadi (2018), kebutuhan siswa akan *smartphone* untuk membantu aktivitas belajar, persentasenya lebih rendah daripada keinginan siswa untuk membuka fitur aplikasi lain, seperti *game online*, menyaksikan tontonan atau hiburan. Lebih lanjut, Rozzaqyah (2021) menjelaskan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa pada masa Covid-19 terhitung menurun, akan tetapi jawaban tugasnya berbasis *copy paste*

dari internet. Ini menunjukkan bahwa siswa menyalahgunakan internet dalam pengerjaan tugas.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan siswa MAN 1 Aceh Tenggara berikut:

kalau alasan saya Pak, malas ngerjain tugas karena jarang masuk. Kan, dulu kami belajarnya online Pak, sudah jarang masuk. Jadi, sekarang terbawa-bawa malas masuk, malas juga ngerjain tugas Pak. Apalagi pas masa Covid-19, belajar kayak main-main Pak, yang penting absen aja ikut disuruh guru. Pas ada tugas, bingung cara ngerjainya, paling cari internetlah Pak. (Wawancara 10 November 2022).

Senada dengan di atas, Guru BK MAN 1 Aceh Tenggara, menuturkan:

benar Pak, selama Covid-19 saya kan jarang menangani kasus siswa karena belajar sistem online. Tapi, setelah pandemi ini jumlah kasus siswa terlambat mengerjakan tugas lumayan meningkat. Makanya, kami sebagai guru BK memberikan layanan format klasikal untuk memotivasi siswa dalam mengerjakan tugas. (Wawancara 10 November 2022).



**Gambar 2.** Prosesi Wawancara Bersama Guru BK MAN 1 Aceh Tenggara

Pasca pandemi Covid-19, sikap prokrastinasi akademik di kalangan siswa semakin meningkat. Sebagaimana temuan hasil penelitian Gracelyta & Harlina (2021), menjelaskan bahwa setelah berakhir Pandemi Covid-19 dan diberlakukannya sistem belajar tatap muka, banyak siswa yang terlambat mengumpulkan tugas. Senada dengan ini, Sagita, *et.al.* (2017) menambahkan bahwa penyebab meningkatnya tingkat prokrastinasi akademik pada siswa ialah keasyikan bermain *gadget* dan menunda pengerjaan tugas sehari sebelum jadwal pengumpulannya.

Mencermati kutipan wawancara dan uraian di atas, dipahami bahwa penyebab siswa mengalami peningkatan sikap prokrastinasi akademik di MAN 1 Aceh Tenggara ialah tingkat intensivitas pembelajaran yang menurun selama pandemi Covid-19. Ditambah lagi, siswa semakin intens menggunakan *smartphone* dengan alasan mengerjakan tugas dan belajar via *online*.

### **Dampak Pandemi Covid-19 Bagi Proses Pembelajaran**

Proses pembelajaran semasa pandemi Covid-19 menyajikan banyak perbedaan bagi siswa dan juga guru. Sistem pembelajaran era pandemi identik dengan penggunaan bantuan *smartphone* atau media internet. Di mana, antara siswa dan guru berada tempat berlainan (jarak jauh) untuk melaksanakan proses pembelajaran (Syifa, 2020). Tentu, sistem tersebut memiliki nilai lebih sekaligus kelemahan terhadap proses pembelajaran.

Menurut Indriani (2022), proses pembelajaran era pandemi Covid-19 semakin memudahkan guru untuk memberi materi

pengajaran kepada siswa, akan tetapi menghilangkan peran sentral guru untuk hadir langsung memfasilitasi kebutuhan siswa. Hal ini selaras dengan pendapat Dharma (2020: 64-78), bahwa metode, model, strategi dan teknik pengajaran guru dapat berinovasi seiring perkembangan zaman, akan tetapi pendekatan dan kepemimpinan guru mengajar di ruang kelas tidak tergantikan. Lebih lanjut, Abduloh, *et.al.* (2022) menjelaskan urgensi tatap muka ialah jalinan hubungan emosional antara guru dan siswa dalam proses pembelajaran.

Berkaitan dengan sistem pembelajaran daring selama Pandemi Covid-19, informan penelitian menuturkan pengalamannya:

selama Covid-19 Pak, rasanya belajar itu seperti tidak nyaman. Tugas dan lainnya memang mudah dikerjakan, maklumlah bapak karena ada google. Tapi, penjelasan guru seperti susah ditangkap Pak, belum lagi jaringan kadang-kadang terganggu, jadi suara guru terputus-putus ketika memberikan penjelasan materi ajar. (Wawancara dengan Siswa MAN 1 Aceh Tenggara, 18 November 2022).

Perihal pengalaman siswa, juga dirasakan oleh guru lain., beliau menuturkan:

pokoknya Pak, beda kali lah mengajar dari internet sama langsung. Apalagi internet ini kan nggak semua siswa punya paket, jaringan juga tidak selalu lancar. Jadi, kadang-kadang ini digunakan siswa sebagai alasan terlambat mengerjakan tugas. (Wawancara 11 November 2022).

Mengomentari kutipan wawancara di atas, Fathoni & Indrawati (2022) menjelaskan bahwa pembelajaran daring menjadikan siswa acuh dengan proses belajar sedangkan guru tidak menjiwai proses mengajar. Bagaimana

tidak? Guru tidak dapat memantau seluruh aktivitas siswa selama belajar *online*, terutama ketika video Zoom terdapat banyak siswa yang tidak menampilkan gambar (video). Begitu juga dengan siswa, merasa dapat belajar sambil melakukan aktivitas lain tanpa sepengetahuan guru.

Pasca pandemi Covid-19, tidak jarang kebiasaan belajar siswa selama Covid-19 terbawa kembali. Hal ini menjadi problematika baru dengan jumlah peningkatan kasus permasalahan akademik di kalangan siswa. Sebagaimana keterangan yang disampaikan oleh guru BK MAN 1 Aceh Tenggara berikut ini:

Kami sebagai guru tentu tidak menyuruh siswa mengerjakan PR sesuai bidang studi, karena ada gurunya masing-masing. Tapi, kami selalu koordinasi dan kerjasama dengan wali kelas, bilamana ada siswa yang terlambat dan tidak teratasi dalam perihal akademik, maka diserahkan kepada kami. (Wawancara 18 November 2022).

Berdasarkan kutipan wawancara di atas, dapat dipahami bahwa dampak pandemi Covid-19 bagi proses pembelajaran sangatlah berpengaruh, di mana siswa mulai malas mengerjakan tugas akademik serta terbawa kebiasaan bermain *gadget*. Hal ini tentu memberi dampak negatif bagi proses perkembangan siswa. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya guru bimbingan dan konseling dalam bekerjasama dengan guru lainnya, wali kelas, orangtua, dan pimpinan madrasah mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik pada siswa. Sebab jika tidak tentu akan berdampak secara luas.

## **Upaya Guru BK dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik di Kalangan Siswa**

Prokrastinasi akademik merupakan polemik akademik yang terjadi pada siswa, berupa keterlambatan pengumpulan tugas, suka menunda pengerjaan tugas, dan menunda waktu belajar. Lazimnya, hal ini disebabkan oleh rasa malas, kejenuhan terhadap belajar, dan ketidakmampuan siswa dalam mengelola waktu belajar (Ndruru, *et.al.*, 2022). Dalam konteks ini, guru BK berperan penting dalam memberi layanan bimbingan dan konseling kepada siswa, dengan fokus utama topik seputar prokrastinasi akademik, faktor penyebab, dan dampaknya.

Sejatinya, prokrastinasi akademik adalah permasalahan internal siswa. Begitupun, faktor eksternal juga berpengaruh bagi sikap belajar siswa, terutama proses pengajaran di kelas. Ini menunjukkan bahwa permasalahan prokrastinasi akademik pada siswa menjadi tanggung jawab bersama bagi guru bidang studi, wali kelas, orang tua, dan juga guru BK.

Berdasarkan penelitian ini, diperoleh hasil bahwa langkah pencegahan berupa bimbingan klasikal, kelompok, dan pemberian layanan bimbingan individu kepada siswa. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Pak Ambiya Al Fatha, S.Pd., berikut:

kami memberikan layanan bimbingan klasikal pak, dengan tujuan utama bagaimana agar siswa termotivasi lagi (alias semangat) dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru bidang studi. Ditambah lagi, kami mengedukasikan siswa tentang bahaya prokrastinasi akademik, layaknya hidup yang ketika kita

berjalan tidak jatuh oleh batu besar, melainkan batu kecil. Jadi, menunda-nunda tugas yang tampak sepele bisa jadi masalah besar bila dianggap remeh oleh siswa”. (Wawancara, 18 November 2022).

Menambahkan dari kutipan wawancara sebelumnya, Guru BK MAN 1 Aceh Tenggara juga menuturkan bahwa:

Selain bimbingan klasikal, kami juga memberi bimbingan kelompok dan individu pada siswa Dik. Ya maktumlah sebagai langkah pencegahan agar siswa terhindar dari penyimpangan perilaku belajar seperti halnya prokrastinasi akademik. Tujuan utama kita tentu untuk menimbulkan kesadaran siswa tentang pentingnya belajar, mengelola waktu belajar, dan meluangkan waktu untuk mengulangi materi ajar.”. (Wawancara, 25 November 2022)

Kutipan wawancara di atas, menginformasikan bahwa dalam konteks pencegahan guru memberikan layanan bimbingan klasikal serta menasihati siswa terkait penyebab dan akibat dari sikap menunda-nunda tugas akademik. Senada dengan ini, Laia, *et.al.*, (2022) menjelaskan bahwa tingkat keberhasilan seseorang di masa mendatang ditentukan oleh kecerdasan emosional, salah satunya kemampuan mengelola waktu dan memprioritaskan tugas yang akan diselesaikan.

Lebih lanjut, Khoirunnisa, *et.al.*, (2021) menambahkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik sering terjadi pada siswa jenjang akhir (atau menjelang tamat studi). Untuk itu, diharapkan ada langkah pencegahan dari guru BK untuk mengurangi tingkat penundaan akademik pada siswa sejak awal. Sebab, siswa tingkat akhir kerap

mengalami rasa jenuh terhadap tugas atau pekerjaan rumah (PR).

Berkaitan dengan upaya pencegahan yang dilakukan oleh guru BK di atas, maka dapat dipahami bahwa bimbingan klasikal menjadi alternatif solusi dalam mengatasi permasalahan prokrastinasi akademik siswa (Michelle, 2021). Dalam konteks ini, siswa melalui bimbingan klasikal diberikan konsep pengendalian diri, pengontrolan dan manajemen waktu, serta upaya mengatasi permasalahan yang akan dihadapi oleh siswa (Dewinta & Prasetiawan, 2022).

Selain itu, adapun langkah berikutnya ialah pemberian layanan konseling berupa sanksi edukatif bagi siswa bermasalah dan apresiasi atas keberhasilan siswa menyelesaikan tugas tepat waktu. Sebagaimana kutipan wawancara dengan dengn salah seorang informan penelitian, berikut ini:

Untuk menstimulus siswa, biasanya kami akan memberi sanksi bila ada siswa yang bermasalah dalam proses pembelajaran, tentu sanksi yang dimaksud adalah pilihan berupa sanksi edukatif, tugas menghafal ayat al-Qur’an atau mengerjakan tugas tambahan. Selain sanksi atau hukuman, kami juga memberi apresiasi bagi siswa teladan, termasuk kriterianya siswa yang juara di kelas, juara umum, dan pasti tugasnya tepat waktu. (Wawancara, 25 November 2022)

Dalam konteks ini, Swara & Yulianti (2020) berpendapat bahwa siswa yang berprestasi akan semakin bertambah semangat belajar bila memperoleh apresiasi dari guru, sedangkan siswa yang bermasalah akan merasa “jera” bila memperoleh sanksi, tentu sanksi yang edukatif.



Selain itu, guru BK juga dapat memberikan bimbingan berbasis edukasi tentang penyebab dan akibat dari prokrastinasi akademik, terutama keterampilan manajemen waktu selama proses pembelajaran. Sebagaimana kutipan wawancara peneliti bersama guru BK berikut ini:

iya benar Dik, guru BK tentu bukan lah dimaknai sebagai polisinya siswa di madrasah. Karena, tepatnya guru BK ialah sosok pembimbing bagi siswa, yang harus menyajikan berbagai bentuk bimbingan edukatif kepada siswa tentang bagaimana pengelolaan waktu yang baik dalam proses belajar, sehingga terhindar dari prokrastinasi akademik. Bahkan, ini perlu ditekankan juga kepada siswa, agar jangan menganggap guru BK adalah teman curhat ketika sedang bermasalah, melainkan guru yang punya tugas khusus membimbing siswa dalam proses pembelajaran dari wilayah eksternal kelas.

Berdasarkan kutipan wawancara dan uraian di atas, dapat diinterpretasikan bahwa langkah pencegahan dinilai efektif diberikan kepada siswa untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik yang melanda kalangan siswa. Dengan demikian, konsep pencegahan menjadi aspek utama yang dapat diberlakukan oleh suatu madrasah dalam membimbing siswa terhindar dari penyimpangan perilaku belajar seperti halnya prokrastinasi akademik. Akhirnya, timbul kesadaran siswa tentang pentingnya belajar, mengelola waktu belajar, dan meluangkan waktu untuk mengulangi materi ajar.

## SIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa upaya guru BK dalam

mengatasi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa di MAN 1 Aceh Tenggara terlaksana dengan efektif. Hal ini ditandai dengan dua tindakan, yakni (1) upaya pencegahan melalui layanan konseling, bimbingan klasikal, serta bimbingan kelompok dan individu kepada siswa; dan (2) pemberian apresiasi dan sanksi edukatif kepada siswa secara berkala. Penelitian ini tentu berkontribusi terhadap perbaikan sikap siswa dalam mengikuti pembelajaran yang bermuara pada tercapainya capaian pembelajaran yang diinginkan. Selain itu temuan penelitian ini berupa teori tentang upaya guru BK, dapat digunakan dalam penelitian lain yang sejenis seperti pada sikap-sikap lain yang juga timbul akibat dampak pandemi covid-19.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduloh, E., Fatimah, S., & Rosita, T. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa MTsN 3 Purwakarta di Masa Pandemi Covid-19. *Fokus: Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan*, 5(5), 358-366. <https://www.journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/8985>.
- Annisa, P. A. (2018). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI MAN 1 Kota Bekasi. *Skripsi*, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. [http://repository.uibharajaya.ac.id/1708/2/201310515058\\_Annisa%20Putri%20Apganistan\\_BAB%20I.pdf](http://repository.uibharajaya.ac.id/1708/2/201310515058_Annisa%20Putri%20Apganistan_BAB%20I.pdf).
- Arief, T. (2014). Hubungan antara Self-Compassion dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA. *Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Malang. <https://eprints.umm.ac.id/26092/>.

- Assingkily, M.S., & Rangkuti, M. (2020). Urgentitas Pendidikan Akhlak Bagi Anak Usia Dasar (Studi Era Darurat Covid-19). *Tazkiya*, 9(2). <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/tazkiya/article/viewFile/836/632>.
- Assingkily, M. S. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan: Panduan Menulis Artikel Ilmiah dan Tugas Akhir*. Yogyakarta: K-Media.
- Astuti, S. R. P. (2020). Kontribusi Self Control dan Kecanduan Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMK ISFI Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, 3(1). <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/article/view/1590>.
- Aziz, R. (2015). Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana. *Journal of Islamic Education*, 1(2), 269-291. <http://repository.uin-malang.ac.id/335/>.
- Daulay, N. (2019). *Psikologi Pendidikan dan Permasalahan Umum Peserta Didik*. Medan: Perdana Publishing.
- Dewinta, H. D., & Prasetiawan, H. (2022). Upaya Mengurangi Prokrastinasi Akademik Melalui Bimbingan Klasikal Model Problem Based Learning pada Siswa Kelas XI IPS 1 SMAN 7 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 288-297. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/5214>.
- Dharma, A. M. (2020). Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, dan Agama*, 6(1), 64-78. <https://jurnal.radenwijaya.ac.id/index.php/PSSA/article/download/160/113>.
- Erdianto, A. A., & Dewi, D. K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di SMA X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41668>.
- Fathoni, A. R., & Indrawati, E. (2022). Pengaruh Self-Regulated Learning dan Motivasi Berprestasi Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 3(07), 1018-1026. <https://jiss.publikasiindonesia.id/index.php/jiss/article/view/646>.
- Fauziah, H.H. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132. <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/453>.
- Gracelyta, T., & Harlina, H. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa di Masa Pandemi. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 46-54. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkonseling/article/view/14511>.
- Hidayati, N., & Aulia, L A. A. (2019). Flow Akademik dan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 6(2), 128-144. <https://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/ILMU-PSIKOLOGI/article/view/1832>.
- Ilyas, M., & Suryadi, S. (2018). Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta. *An-Nida'*, 41(1), 71-82. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Anida/article/view/4638>.
- Indriani, S. H. (2022). Pengaruh *Smartphone Addiction* Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa (Studi Evaluasi Pengajaran PAI Materi Akidah Akhlak di Kalangan Remaja).

- Tafahham*, 1(3). <http://ejournal-ittihad.alittihadiahsumut.or.id/index.php/tafahham/article/view/268>.
- Kartadinata, I., & Sia, T. (2008). I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 23(2), 109-119. <http://repository.ubaya.ac.id/23843>.
- Khoirunnisa, R. N., Jannah, M., Dewi, D. K., & Satiningsih, S. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(3), 278-292. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/view/12948>.
- Khotimah, R.H., Radjah, C.L., & Handarini, D.M. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri, dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 60-67. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/621>.
- Laia, B., Zagoto, S. F. L., Fau, Y. T. V., Duha, A., Telaumbanua, K., Ziraluo, M. & Harefa, D. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri di Kabupaten Nias Selatan. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 162-168. <http://103.76.21.184/index.php/Aquinas/article/view/1654>.
- Michelle, J. (2021). Hubungan antara Pengendalian Diri dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Bunda Hati Kudus Tahun Ajaran 2019/2020. *Psiko Edukasi*, 19(1), 39-48. <https://mx2.atmajaya.ac.id/index.php/psikoedukasi/article/view/3498>.
- Munawaroh, M.L., Alhadi, S., & Saputra, W.N.E. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 26-31. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/314>.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Counselia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 45-52. <http://ejournal.unipma.ac.id/index.php/JBK/article/view/1868>.
- Nanik, N. (2008). Perfeksionime, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 2(3), 256-276. <http://repository.ubaya.ac.id/id/eprint/31260>.
- Ndruru, H., Zagoto, S. F. L., & Laia, B. (2022). Peran Guru Bimbingan dan Konseling Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 1 Aramo Tahun Ajaran 2021/2022. *Counseling for All: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1). <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/Counseling/article/view/371>.
- Oematan, C.S. (2013). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi-Universitas Surabaya. *Calyptra*, 2(1), 1-7. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/438>.
- Rahmawati, S. I. (2021). Pengaruh Goal Setting dan Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di SMKN 4 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, 4(2). <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/article/view/3417>.
- Ramadhan, R.P., & Winata, H. (2016). Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 154-159. <https://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/view/3260>.

- Reza, I.F. (2015). Hubungan Antara Motivasi Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(1), 39-44.  
[http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file\\_artikel\\_abstrak/Isi\\_Artikel\\_484918346670.pdf](http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_484918346670.pdf).
- Rozzaqyah, F. (2021). Hubungan Kejenuhan Belajar dalam Jaringan dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 8-17.  
[https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkonseling/article/download/14373/pdf\\_1](https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkonseling/article/download/14373/pdf_1).
- Sagita, D.D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan *Self Efficacy*, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Bikotetik: Bimbingan dan Konseling Teori dan Praktik*, 1(2), 43-52.  
<https://journal.unesa.ac.id/index.php/jbk/article/view/1890>.
- Swara, H. Y., & Yulianti, P. D. (2020). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Indonesian Journal of Educational Research and Review*, 3(1), 77-85.  
<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IJERR/article/view/24885>.
- Syifa, A. (2020). Intensitas Penggunaan Smartphone, Prokrastinasi Akademik, dan Perilaku Phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 83-96. <http://ejournal.unipma.ac.id/index.php/JBK/article/view/6309>.
- Wulan, D.A.N., & Abdullah, S.M. (2014). Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosial Humaniora*, 5(1).  
<http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/soshum/article/view/136>.