

## Penerapan Layanan Konseling Naratif untuk mengurangi Prokrastinasi Siswa Kelas IX pada SMP Negeri 7 Polewali Kec. Binuang Kabupaten Polewali Mandar

Ernawati, Saifuddin, Darmawansyah  
Institut Agama Islam DDI Polewali Mandar  
Email: [saifuddin@ddipolman.ac.id](mailto:saifuddin@ddipolman.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan layanan konseling naratif untuk mengurangi prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali Kec. Binuang Kab. Polewali Mandar. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan subyek penelitian yaitu kelas IX SMP Negeri 7 Polewali yang berjumlah 61 siswa. Subyek penelitian yang tidak mencapai 100 orang maka penelitian ini dikatakan penelitian populasi. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, angket, dan dokumentasi. Instrumen yang digunakan adalah angket prokrastinasi siswa dan pedoman observasi. Reliabilitas angket prokrastinasi siswa sebesar 0,903 artinya memiliki reliabilitas yang cukup tinggi. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis uji T-tes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Kondisi awal prokrastinasi siswa kelas IX SMP Negeri 7 Polewali secara individu tergolong sedang. Kondisi ini dibuktikan dari hasil *pre-test* dengan skor rata-rata prokrastinasi siswa 91,74 dan dikategorisasikan dalam prokrastinasi sedang. (2) Dalam penelitian ini diterapkan layanan konseling naratif yang di lakukan beberapa kali pertemuan dan pengisian lembar angket yang menyebabkan tingkat prokrastinasi siswa kelas IX SMP Negeri 7 Polewali berkurang. Berkurangnya prokrastinasi siswa dibuktikan dari hasil *post-test* angket prokrastinasi rata-rata sebesar 66,00 dan dikategorisasikan dalam prokrastinasi rendah. Pengurangan prokrastinasi siswa dari *post-test ke pre-test* yaitu sebesar 25,74 (3) Observasi pada saat pemberian tindakan untuk mengurangi prokrastinasi siswa menunjukkan antusiasme tinggi siswa dalam kegiatan layanan konseling naratif.

**Kata Kunci :** *Konseling Naratif dan Prokrastinasi Siswa*

### Abstract

This study aims to determine the application of narrative counseling services to reduce procrastination of class IX students at SMP Negeri 7 Polewali, Kec. Binuang Kab. Polewali Mandar. This type of research is quantitative research with research subjects namely class IX SMP Negeri 7 Polewali totaling 61 students. Research subjects that do not reach 100 people, this research is said to be a population study. Data collection methods used are observation, questionnaires, and documentation. The instruments used were student procrastination questionnaires and observation guidelines. The reliability of the student procrastination questionnaire was 0.903, meaning that it had a fairly high reliability. Data analysis used descriptive statistical analysis and T-test analysis. The results showed that: (1) The initial condition of procrastination of grade IX students of SMP Negeri 7 Polewali was classified as moderate individually. This condition is evidenced by the results of the pre-test with an average score of 91.74 students procrastination and categorized in moderate procrastination. (2) In this study, narrative counseling services were applied which were carried out several times and filled out questionnaires which caused the procrastination level of class IX students of SMP Negeri 7 Polewali to decrease. The decrease in student procrastination is evidenced by the post-test results of the procrastination questionnaire on average 66.00 and categorized as low procrastination. Reduction of student procrastination from post-test to pre-test that is equal to 25.74 (3) Observations at the time of giving actions to reduce student procrastination show high enthusiasm of students in narrative counseling service.

**Keyword:** *Conselling, Student, Learning*

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang dibutuhkan oleh semua orang karena pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pendidikan dapat mempengaruhi perkembangan manusia dalam seluruh aspek kehidupan dan penghidupan. Pendidikan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki individu secara optimal sehingga mampu menyesuaikan diri dimana pun dia berada. Dengan adanya pendidikan yang dimiliki, individu tersebut mampu menggapai cita-cita dan harapannya. pendidikan adalah segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup. Pendidikan adalah segala situasi hidup yang mempengaruhi pertumbuhan individu”. Pendidikan mempunyai pengaruh yang besar dalam kehidupan manusia di masa depan. Pendidikan dapat kita tempuh baik dalam lembaga pendidikan formal maupun lembaga pendidikan nonformal mulai dari pendidikan dasar sampai ke perguruan tinggi. Pendidikan dasar merupakan fondasi untuk menempuh pendidikan nasional dan pendidikan yang selanjutnya.

Dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 pasal 3 dinyatakan bahwa :Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Berdasarkan fungsi dan tujuan dari Pendidikan Nasional, Bimbingan Konseling adalah salah satu komponen yang penting dalam proses pendidikan. Pendidikan pada hakikatnya merupakan usaha sadar untuk pengembangan kepribadian yang berlangsung seumur hidup di sekolah. Pendidikan juga bermakna proses membantu individu baik jasmani dan rohani ke arah terbentuknya kepribadian utama (berkualitas). Makna pernyataan di atas yakni inti tujuan pendidikan adalah terwujudnya kepribadian yang optimal dari setiap peserta didik. Tujuan ini pulalah yang ingin dicapai oleh layanan bimbingan dan konseling. Sehingga Bimbingan Konseling mempunyai peranan yang sangat penting dalam dunia pendidikan yaitu membantu setiap pribadi peserta didik agar berkembang secara optimal.

Pelayanan bimbingan dan konseling dalam sistem pendidikan Indonesia mengalami beberapa perubahan nama. Pada kurikulum 1984 semula disebut Bimbingan dan Penyuluhan (BP), kemudian pada kurikulum 1994 berganti nama menjadi bimbingan dan konseling (BK) sampai dengan sekarang. Layanan dan bimbingan konseling sudah mulai dibicarakan di Indonesia sejak tahun 1962. Namun bimbingan dan konseling baru diresmikan di sekolah di Indonesia sejak diberlakukan kurikulum 1975. Kemudian disempurnakan ke dalam kurikulum 1984 dengan memasukkan bimbingan karier di dalamnya. Perkembangan bimbingan dan konseling semakin mantap pada tahun 2001.

Pelayanan bimbingan dan konseling mengemban sejumlah fungsi yang hendak dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling. Fungsi-fungsi tersebut yaitu:

1. Fungsi Pemahaman, yaitu fungsi yang membantu klien agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama),

2. Fungsi Pencegahan, yaitu fungsi yang membantu klien dalam upaya mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh klien,
3. Fungsi Pengentasan, yaitu fungsi yang membantu klien jika ada permasalahan yang dialami oleh klien agar klien dapat mengambil keputusan sendiri terhadap permasalahannya,
4. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan, yaitu fungsi yang membantu klien dalam memelihara dan mengembangkan berbagai potensi dan kondisi positif klien dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.

Dalam Bimbingan dan Konseling bukan hanya memiliki fungsi-fungsi dalam pelaksanaannya, tetapi terdapat juga layanan-layanan yang digunakan untuk membantu klien atau siswa yaitu Layanan Orientasi, Layanan Informasi, Layanan Penempatan dan Penyaluran, Layanan Penguasaan Konten, Layanan Konseling Individual, Layanan Bimbingan Kelompok, Layanan Konseling Kelompok, Layanan Konsultasi dan Layanan Mediasi. 9 layanan tersebut dapat yang dapat dilaksanakan dalam membantu peserta didik terkait 4 bidang, yaitu Bidang Pribadi, Sosial, Karir dan Belajar.

Bidang kegiatan bimbingan dan konseling dapat dikelompokkan: 1) Bidang Pribadi, Yang notabene harus tetap diberikan kepada seluruh siswa, baik siswa yang bermasalah atau tidak, 2) Bidang Sosial, Bidang ini kerap diberikan pada siswa yang merasa kesulitan dalam membina pergaulan karena beberapa hal, baik dari luar atau dari dalam. 3) Bidang Karier, Hendaknya dilakukan dengan obrolan dua arah antara konselor, dalam hal ini guru pembimbing dengan siswa asuhannya seputar masalah cita-cita berikut kendala yang dihadapinya. 4) Bidang Belajar, Yang harus diberikan secara kontinuitas selama kegiatan belajar berlangsung, setiap guru pembimbing wajib memantau hasil kegiatan belajar siswa asuhannya, tentu harus kerja sama dengan wali kelas.

Seiring dengan perkembangan zaman, permasalahan yang dialami siswa atau peserta didik di sekolah-sekolah pun semakin kompleks. Banyak siswa yang secara psikologis maupun kehidupan sosialnya mengalami masalah. Sehingga, berdampak pada aktivitas belajarnya. Terkadang, jumlah siswa yang mengalami masalah di sekolah cukup banyak. Sehingga tidak bisa diselesaikan satu persatu. Itulah sebabnya mengapa dilaksanakan layanan kelompok. Selama ini, metode bimbingan konseling kelompok menjadi primadona para guru untuk untuk menyelesaikan masalah di sekolah. Pasalnya, dengan metode ini, setiap anggota kelompok bisa saling memberi pandangannya. Melalui cara itu, satu masalah bisa diselesaikan bersama dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam membantu permasalahan yang dihadapi oleh siswa, salah satunya adalah layanan konseling Naratif.

Konseling Naratif (*Narrative Counseling*) adalah sebuah pendekatan konseling yang dilakukan dalam bentuk individual ataupun kelompok dengan mengajak konseli agar mau terbuka mengungkapkan pengalamannya dengan bercerita terkait dengan masalah yang sedang dihadapinya dan kemudian konseli mampu membuat cerita alternatif dan cerita tersebut ditulis dan disusun secara sistematis. Konseling naratif mampu menangani seseorang yang mengalami distressing combination pada kondisi pesimis hebat, keraguan atas dirinya, mudah marah, lalai, ketidakpedulian, gelisah, cemas dan beberapa perasaan yang menunjukkan masalah depresi yang dialami. Konseling Naratif memiliki tujuan membantu individu mengarang kembali cerita kisahnya, menerapkan kisah ini dalam lingkungan mereka dan menolong seseorang menyelesaikan transisi kehidupannya. Konseling

naratif ini dapat mengembangkan individu dalam memahami identitas dirinya. Konseling naratif memandang bahwa individu memiliki cerita dominan dalam dirinya yang dapat membentuk identitas diri. Sehingga konseling naratif dapat membantu karena melalui cerita biasanya klien lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahannya dengan mendengarkan cerita-cerita untuk mencari tahu kehidupan klien tanpa memaksanya agar klien dapat mencapai tujuan hidupnya berdasarkan potensi yang dimilikinya. Dalam mewujudkan individu yang berkualitas dan memiliki daya saing tinggi disamping memiliki penguasaan dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi juga dibutuhkan ketepatan waktu untuk menyelesaikan suatu pekerjaan ataupun tugas yang telah diberikan.

Seseorang yang mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, dikatakan sebagai orang yang melakukan prokrastinasi. Oleh sebab itu, prokrastinasi dapat dikatakan sebagai salah satu perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas. Setiap individu memiliki caranya sendiri dalam menyelesaikan pekerjaan mereka. Ada individu yang ingin cepat untuk menyelesaikannya, ada pula yang menunda menyelesaikan dengan berbagai banyak alasan. Alasan yang biasanya yaitu karena masih banyak waktu, atau karena masih ada pekerjaan lain yang belum diselesaikan, ada juga yang sengaja mengerjakannya dekat dengan waktu *deadline* yang ditentukan. Hal tersebut berlaku bagi siswa. Masalah pengaturan waktu inilah yang menjadi persoalan bagi siswa, banyak siswa yang mengeluh karena tidak dapat membagi waktu dengan baik, kapan harus memulai dan mengerjakan sesuatu. Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi. Hal ini dikarenakan prokrastinasi melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu dengan lainnya. Prokrastinasi dapat dikatakan hanya sebagai suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu pekerjaan. Namun, prokrastinasi juga dapat dikatakan sebagai penghindaran tugas yang diakibatkan karena perasaan tidak senang terhadap tugas dan takut gagal dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi juga bisa sebagai suatu *trait* atau kebiasaan seseorang terhadap respons dalam mengerjakan tugas. Menurut beberapa ahli dalam buku Teori-Teori Psikologi bahwa prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda-nunda dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan.

Prokrastinasi adalah suatu perilaku spesifik, yang meliputi: 1) suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas; 2) menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas; 3) melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas sekolah, maupun tugas rumah tangga; 4) menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya. Prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pekerja, mahasiswa atau pelajar. Prokrastinasi pada siswa banyak berdampak negatif, diantaranya adalah siswa akan mendapatkan nilai rendah, menarik diri terhadap pendidikan yang lebih tinggi, memiliki tingkat kehadiran di kelas yang rendah, dan dikeluarkan dari sekolah. Pelaku prokrastinasi akan memiliki kesehatan yang lebih buruk dibanding yang tidak. Penundaan tugas juga memiliki akibat terhadap emosi seseorang. Ketika seseorang sadar bahwa dia mengalami berbagai

perasaan dalam dirinya diantaranya adalah rendah diri, mengutuk diri, rasa bersalah, merasa melakukan kecurangan, mengalami ketegangan, kepanikan dan kecemasan dalam diri.

Dari hasil pengamatan dan pengalaman selama Peneliti berada di SMP Negeri 7 Polewali sebagai seorang Staf Tata Usaha dan hasil wawancara dengan beberapa guru mata pelajaran diperoleh data bahwa sebagian besar siswa SMP Negeri 7 Polewali memiliki perilaku yang sesuai dengan istilah prokrastinasi atau perilaku menunda-nunda. Hal ini terlihat ketika adanya siswa yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, padahal tugas yang diberikan tidaklah terlalu rumit untuk dikerjakan dan sudah diberi tenggang waktu yang lama. Ada beberapa alasan yang dikemukakan oleh siswa ketika diminta untuk mengumpulkan tugasnya. Antara lain: tidak mengerti akan tugas yang diberikan, lupa mengerjakannya, malas mengerjakannya dan berbagai alasan lainnya. Semua alasan yang siswa kemukakan sama dengan perilaku menunda-nunda, karena mereka tidak tau kapan untuk memulai dan mengerjakan tugas yang diberikan. Padahal nyatanya siswa lebih memilih bercengkrama dengan teman-temannya, bermain bola, atau bahkan asyik dengan kegiatan lain sehingga tugas yang diberikan tidak dikumpul tepat waktu dan bahkan ada yang tidak menyelesaikannya. Mereka lebih memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan daripada mengerjakan tugas. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian “Penerapan Layanan Konseling Naratif untuk mengurangi Prokrastinasi Siswa Kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali Kec. Binuang Kab. Polewali Mandar”.

## 2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Dalam penelitian ini dilakukan penyebaran angket, mulai dari pengumpulan data serta hasil yang ditampilkan berupa angka yang akan memprediksi peristiwa dan perilaku sebagai hasil dari suatu fenomena.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendapat dari Sugiyono yang menyatakan bahwa “*One Group Pretest-Posttest* dengan satu macam perlakuan”<sup>1</sup>. Makna dari desain *Pre test and post test one group design* adalah desain yang dilakukan dua kali penelitian yaitu sebelum eksperimen (*pre-test*) dan sesudah (*Post test*). Di dalam model ini sebelum dimulai perlakuan, kedua variabel diberikan tes awal atau pretest untuk mengukur kondisi awal ( $O_1$ ). Selanjutnya variabel X diberikan tes sebagai posttest ( $O_2$ ).

## 3. HASIL

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan *eksperimen design* yang dilakukan terhadap 61 siswa mengenai pengurangan prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali sebelum dan sesudah perlakuan berupa Layanan Konseling Naratif, maka akan dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat prokrastinasi pada siswa kelas IX sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberi perlakuan, dan analisis uji t-tes guna menguji hipotesis penelitian tentang adanya perbedaan tingkat prokrastinasi siswa kelas IX sebelum dan sesudah diberi perlakuan berupa Layanan Konseling Naratif.

### 1. Hasil Uji Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat

prokrastinasi siswa kelas IX sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberi layanan Konseling Naratif terhadap siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali. Maka berikut ini disajikan data gambaran mengenai tingkat prokrastinasi siswa kelas IX sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase yang diklasifikasikan dalam 4 (empat) kategori yaitu, tingkat Prokrastinasi tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah dengan hasil sebagai berikut:

- a. Prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali sebelum diberikan Layanan Konseling Naratif (*pre-test*) Sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui penerapan layanan konseling naratif untuk mengurangi prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali, maka akan diuraikan terlebih dahulu tingkat prokrastinasi siswa kelas IX sebelum diberikan layanan konseling naratif (*pre-test*).

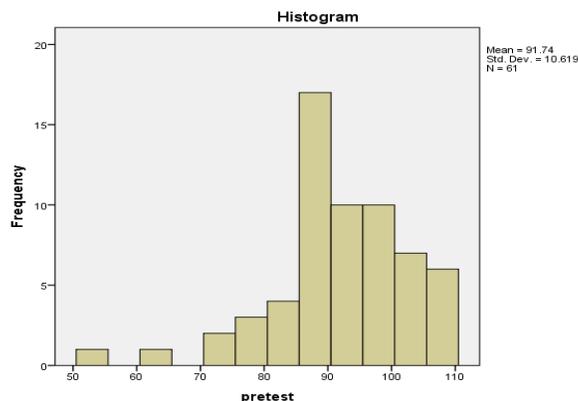
**Table 2.1. Hasil Pre-test Angket Prokrastinasi**

No.	Interval	Kategori	Pretest	
			Frekuensi	Persentase
1.	8 – 132	Tinggi	1	2%
2.	83 – 107	Sedang	53	87%
3.	8 – 82	Rendah	7	11%
4.	3 – 57	Sangat Rendah	-	-
<b>Jumlah</b>			61	100%

Berdasarkan Tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali sebelum diberi Layanan Konseling Naratif, yaitu pada kategori tinggi ada 1 responden (2%). Kemudian kategori sedang sebanyak 53 responden (87%), disusul kategori rendah sebanyak 7 responden (11%), sedangkan tidak ada responden dalam kategori sangat rendah. Selanjutnya sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh sebesar 91,74 dimana nilai rata-rata tersebut pada interval 83-107 yang berarti sedang. Hal ini berarti bahwa tingkat prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali berada dalam kategori sedang.

Berikut ini digambarkan dalam Histogram tingkat prokrastinasi siswa sebelum diberikan layanan Konseling Naratif:

**Gambar 2.2. Histogram Prokrastinasi siswa sebelum diberikan layanan Konseling Naratif**



- b. Pengaruh Layanan Konseling Naratif terhadap pengurangan prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali. (*post-test*) Data hasil angket setelah diberikan layanan konseling naratif disajikan secara lengkap, ditabel berikut ini :

Tabel 2.2. Hasil *post-test* angket prokrastinasi siswa

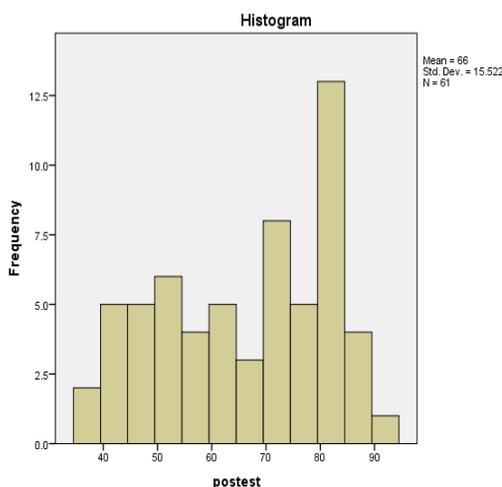
No.	Interval	Kategori	Posttest	
			Frekuensi	Persentase
1.	98 – 132	Tinggi	-	-
2.	83 – 107	Sedang	8	13%
3.	58 – 82	Rendah	33	54%
4.	33 – 57	Sangat Rendah	20	33%
<b>Jumlah</b>			61	100%

Setelah diberi Layanan Konseling Naratif sebanyak 3 kali pertemuan, tingkat prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali mengalami pengurangan. Hal ini dapat dilihat dari tabel di atas dimana tingkat prokrastinasi siswa tidak ada yang berada dalam kategori tinggi, kemudian kategori sedang sebanyak 8 responden (13%), pada kategori rendah sebanyak 33 responden (54%) dan sangat rendah sebanyak 20 responden (33%).

Selanjutnya sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh sebesar 66,00 dimana nilai rata-rata tersebut berada pada interval 58-82 yang berarti rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi siswa kelas IX setelah diberikan Layanan Konseling Naratif berada pada kategori rendah.

Berikut ini digambarkan dalam bentuk Histogram tingkat prokrastinasi siswa setelah diberikan layanan Konseling Naratif :

**Gambar 2.3. Histogram prokrastinasi siswa setelah diberikan layanan konseling naratif**



Dari tabulasi distribusi frekuensi angket *pretest* dan *posttest* terlihat bahwa berdasarkan persentase tertinggi, tingkat prokrastinasi siswa sebelum diberikan layanan Konseling Naratif masih tergolong kategori sedang. Namun setelah diterapkan layanan Konseling Naratif maka tingkat

prokrastnasi siswa menjadi menurun atau berada dalam kategori rendah, yang berarti prokrastinasi siswa menjadi menurun setelah diberikan layanan Konseling Naratif.

**Tabel 2.4. Kecenderungan Umum Penelitian Berdasarkan Pedoman Interpretasi Prokrastinasi Siswa**

Jenis Data	Mean	Interval	Klasifikasi
Pre-test	91,74	83 - 107	Sedang
Post-test	66,00	58 - 82	Rendah

Sumber: Hasil *Preetest* dan *Posttest*

c. Hasil Observasi

Dari hasil observasi selama layanan berlangsung yang dilaksanakan dalam tiga tahap diperoleh data sebagai berikut:

**Tabel 2.5. Data Hasil Persentasi Observasi Pelaksanaan Layanan Konseling Naratif.**

Persentasi	Kriteria	Pertemuan		
		I	II	III
80% - 100%	Sangat Tinggi	7	8	33
60% - 79%	Tinggi	23	41	20
40% - 59%	Sedang	13	6	5
20% - 39%	Rendah	18	6	3
0% - 19%	Sangat Rendah	-	-	-
<b>Jumlah</b>		<b>61</b>	<b>61</b>	<b>61</b>

Sumber: Hasil Observasi

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada pertemuan pertama, terdapat 18 orang siswa yang berada pada kategori rendah, 13 orang siswa pada kategori sedang, 23 orang siswa berada pada kategori tinggi, dan 7 orang siswa berada kategori sangat tinggi dan tidak ada siswa yang berada pada kategori sangat rendah. Pada pertemuan kedua, terdapat 6 orang siswa yang berada pada kategori rendah, 6 orang siswa pada kategori sedang, 41 orang siswa berada pada kategori tinggi, 8 orang siswa yang berada pada kategori sangat tinggi dan tidak ada siswa yang berada pada kategori sangat rendah.

Pada pertemuan terakhir atau pertemuan ketiga, terdapat 3 orang siswa yang berada pada kategori rendah, 5 orang siswa pada kategori sedang, 20 orang siswa berada pada kategori tinggi, 33 orang pada kategori sangat tinggi dan tidak ada siswa yang berada pada kategori sangat rendah.

Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa siswa mengalami kemajuan yang positif dalam hal keaktifan pelaksanaan layanan konseling naratif. Hal ini menandakan bahwa siswa antusias dalam mengikuti layanan konseling naratif untuk mengurangi prokrastinasi siswa.

## 2. Hasil Uji Inferensial

Analisis statistik dilakukan untuk menguji kebenaran hipotesis yang telah dirumuskan. Pengujian hipotesis dilakukan dengan pengujian *One Sample t-test*, yaitu digunakan untuk menguji apakah nilai tertentu berbeda secara signifikan.

### a. Hasil Uji T

Untuk mengetahui apakah ada pengurangan prokrastinasi siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling naratif. nilai  $t_{hitung\ pre\ test}$  diperoleh 67.473 dan nilai  $t_{hitung\ post\ test}$  diperoleh 33.209 menandakan bahwa nilai *post test* lebih rendah dari pada nilai *pre test*, dimana nilai  $t_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% (0,05) diperoleh 2,521 sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti pengurangan prokrastinasi siswa dengan menerapkan layanan konseling naratif dan itu terbukti dimana nilai *post test* lebih rendah dari pada nilai *pre test*, dan juga nilai  $t_{hitung\ post\ test}$  lebih tinggi dari pada nilai  $t_{tabel}$ .

## 4. PEMBAHASAN

Layanan Konseling Naratif dilakukan pada kelas IX yang berjumlah 61 orang siswa. Layanan konseling naratif yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mengajukan pertanyaan-pertanyaan, menelusuri masalah lewat cerita dan memberikan cerita alternatif. Tujuan dari kegiatan ini untuk mengurangi prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali. Instrument yang digunakan ini berbentuk angket. Layanan Konseling Naratif dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan. Dimana pada pertemuan pertama siswa terlihat tidak berkonsentrasi mengikuti kegiatan dan acuh tak acuh saja serta masih banyak siswa yang datang tidak tepat waktu serta kurang dapat berkonsentrasi mengikuti kegiatan. Pada pertemuan kedua, terlihat ada kemajuan ataupun peningkatan dimana siswa yang pada awal pertemuan itu datangnya terlambat mulai datang tepat waktu serta mulai memperhatikan kegiatan yang sedang berlangsung, akan tetapi masih ada beberapa orang belum berkonsentrasi mengikuti kegiatan. Sedangkan pada pertemuan ketiga meskipun masih ada beberapa orang yang belum bisa berkonsentrasi akan tetapi rata-rata hampir semua datang tepat waktu serta berdoa sebelum dimulai, pada pertemuan ketiga ini siswa terlihat mulai antusias dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan layanan konseling naratif.

Istilah Prokrastinasi masih sangat jarang terdengar, padahal tanpa disadari kita sering melakukan hal tersebut. Untuk lebih jelasnya apa yang dimaksud dengan prokrastinasi, berikut ini penulis akan memberikan kesimpulan tentang pengertian Prokrastinasi. Prokrastinasi adalah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dimana ia mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dan tugas tersebut seseorang yang melakukan prokrastinasi. Tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak. Tidak peduli siapa pun pelakunya, baik itu siswa, guru, mahasiswa, dosen atau siapa saja. Dengan sifat yang seperti itu dapat menghambat dan mengganggu seseorang dalam meningkatkan

prestasi dan cita-cita yang diinginkannya sehingga ia menjadi pribadi yang gagal dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian “Penerapan Layanan Konseling Naratif Untuk Mengurangi Prokrastinasi Siswa Kelas IX Di SMP Negeri 7 Polewali” maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali sebelum diberikan layanan konseling naratif yaitu dengan rata-rata sebesar 91,74 yang termasuk dalam kategori sedang.
2. Prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali sebelum diberikan layanan konseling naratif memiliki rata-rata sebesar 66,00 yang termasuk dalam kategori rendah. Berdasarkan hasil pengolahan dengan menggunakan uji t diperoleh nilai  $t_{hitung\ pre\ test} = 67.473 > t_{tabel} = 2,521$  dan nilai  $t_{hitung\ post\ test} = 32.209 > t_{tabel} = 2,521$ . maka hipotesis diterima yang berarti ada pengaruh layanan konseling naratif untuk mengurangi prokrastinasi siswa kelas IX setelah diberikan layanan konseling naratif.

## REFERENSI

- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Azwar S., *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*, Jakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Binder, Kelly.. *The Effects of an Academic Procrastination Treatment on Students Procrastination and Subjective Well-Being*, 2000.
- Burka, J.B. dan Yuen, L.M. *Procrastination : Why You Do It, What To Do About I Now*. USA : Perseus Bokks Group. 2008.
- Catrunada, Lidya, Puspitawati, Ira, <http://en.wikipedia.org/wiki/procrastination>, diakses pada tanggal 05 Nopember 2018
- M.Nur Ghufroon & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- McLeod, John. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: Kencana, 2010.
- Milgram, N.A., Batori, G, & Mowrer. D. *Correlates of Academic Procrastination*. Journal of School Psychology, Vol 31, 487-500. 1993.
- Mohammad Jauhar, Wardati.. *Implementasi Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya, 2011.
- Mudyaharjo, Redja. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.

- Muhammad Nur Qomari. *Hubungan Antara Adversity Quotient dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Insan Cendikia Mandiri Boarding School Sidoarjo*, Skripsi, Tidak Diterbitkan, Gresik: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik, 2015.
- Payne, Martin. *Narrative Therapy*. 2nd. Ed.. London: SAGE publication Ltd, 2006.
- Saebani, Beni Ahmad. *Metode Penelitian*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2008.
- Semmler, Pamela L. & Williams, C. B. 2000 *Narrative Therapy: A Stored Context for Multicultural Counseling*. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, Vo. 28, No. 1 tahun 2000.
- Siska Imatiya. *Pengaruh Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMPN 1 Baron, Kabupaten Nhanjuk Tahun Pelajaran 2016/2017*, Skripsi, Tidak Diterbitkan, Kediri: Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2017.
- Sugiyono, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2008.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis Pendekatan Kuantitatif kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Soli Abimanyu & Moh Thayeb Manrihu, T. 2011. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Takwin, Bagus. *“Psikologi Naratif: Membaca Manusia sebagai Kisah”*. Yogyakarta: Jalasutra, 2007.
- Timpe, A. D. *Mengelola Waktu: Seri Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2000.
- Tondok, Marselius Sampe et al. *Anima Indonesian Psychological Journal* 2008, Vol 24 No 1, diakses tanggal 05 November 2018
- Ursia, Nela Regar., Ide Bagus Siaputra., dan Nadia Sutanto. 2013. *“Prokrastinasi Akademik dan Self Control pada mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya”*. *Jurnal Psikologi*. Nomor 17 Volume1. 1-18.
- UU. Sisdiknas. UU RI No. 20 Tahun 2003 *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Bandung: Citra Umbara, 2003.