

ABSTRAK

Vera Nurfajriah. (2016). PROFIL PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA BERDASARKAN TEORI ENAM TIPE PROKRASTINASI DAN IMPLIKASINYA BAGI PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN

(Studi Deskriptif tentang Profil Prokrastinasi Akademik terhadap Peserta Didik Kelas X di SMAN 1 Ciparay Kab.Bandung Tahun Ajaran 2015-2016)

Pemanfaatan waktu yang tidak efektif dapat menyebabkan individu selalu dikejar *deadline* yang menyebabkan keadaan tidak menyenangkan, terlebih jika cenderung menunda-nunda pekerjaan, yang sering disebut dengan istilah prokrastinasi. Konsekuensi internal dari perilaku prokrastinasi dapat menyebabkan rasa kesal, penyesalan, putus asa, dan menyalahkan diri sendiri, sedangkan konsekuensi eksternal dapat menyebabkan melemahnya progres kerja dan akademik, menegangnya hubungan, dan kehilangan peluang. Sesuai dengan perannya, bimbingan dan konseling merupakan upaya strategi layanan untuk mengembangkan potensi peserta didik secara optimal, dalam hal ini layanan bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu peserta didik dalam mereduksi prokrastinasi akademik. Tujuan penelitian agar memperoleh gambaran program bimbingan akademik berbasis teori enam tipe prokrastinasi untuk mereduksi prokrastinasi akademik peserta didik. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif, populasi yang digunakan adalah peserta didik kelas X SMAN 1 Ciparay Kabupaten Bandung Tahun ajaran 2015-2016. Profil umum tipe prokrastinasi peserta didik kelas X SMAN 1 Ciparay Tahun Ajaran 2015/2016 yang diwakili oleh 182 peserta didik adalah sebagai berikut: beberapa peserta didik memiliki kombinasi beberapa tipe, mayoritas peserta didik kelas X SMAN 1 Ciparay memiliki tipe *The Dreamer*. Peserta didik laki-laki mayoritas memiliki tipe prokrastinasi *The Dreamer*. Peserta didik perempuan mayoritas memiliki tipe prokrastinasi *The Dreamer*. Peserta didik kelas IPA mayoritas memiliki tipe prokrastinasi *The Dreamer*. Sama halnya seperti peserta didik kelas IPA, peserta didik kelas IPS mayoritas memiliki tipe prokrastinasi *The Dreamer*. Rumusan program didasarkan pada hasil penelitian, terdiri dari tiga tahap utama yaitu: Tahap “*On Your Mark*” atau Tahap Pengenalan Diri; Tahap “*Get Set*” atau Tahap Persiapan; dan Tahap “*Go!*” atau Tahap Tindakan.

Kata Kunci: Prokrastinasi, Enam Tipe Prokrastinasi, Program Bimbingan.

ABSTRACT

Vera Nurfajriah. (2016). PROFIL PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA BERDASARKAN TEORI ENAM TIPE PROKRASTINASI DAN IMPLIKASINYA BAGI PENGEMBANGAN PROGRAM BIMBINGAN
(Studi Deskriptif tentang Profil Prokrastinasi Akademik terhadap Peserta Didik Kelas X di SMAN 1 Ciparay Kab.Bandung Tahun Ajaran 2015-2016)

Ineffective time management can cause the individual being harried by deadlines, that led to a situation there's no fun, especially if it tends to procrastinate, which is often referred to as procrastination. Internal consequences of procrastination behavior can cause resentment, regret, despair, and blame themselves, while the external consequences can lead to a weakening of work and academic progress, strained relationships, and loss of opportunities. According with the role, guidance and counseling services strategy is an effort to develop the potential of learners optimally, in this case the guidance and counseling services are expected to help students in reducing academic procrastination. Purpose of research in order to obtain a description of academic guidance program based theory of six types of procrastination to reduce students' academic procrastination. This study uses a quantitative approach with descriptive methods, populations used are students of class X Ciparay 1 Senior High School, Bandung district, 2015-2016. The general profile of the type of procrastination students grade X Ciparay 1 Senior High School, Bandung district, 2015-2016 represented by 182 students are as: some students have a combination of several types, the majority students has type The Dreamer. the majority of male and female students have the type of procrastination The Dreamer. Student science and social class majority has the type of procrastination The Dreamer. program design is based on the research results, consists of three main stages: Stage "On Your Mark" or introduction of self-stage; Stage "Get Set" or preparation stage; and Stage "Go!" or actions stage.

Keywords: Procrastination, Six Type of Procrastination, and Guidance Program.