

ABSTRAK

PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA DI SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2023/2024.

Oleh:

SABRINA

Masalah dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *self management* dapat menurunkan prokrastinasi akademik di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2023/2024. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode *Pre-Eksperimental design* dengan menggunakan teknik *One Group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian ini berjumlah 30 siswa kelas XI IPS 2 dan diperoleh sampel sebanyak 10 siswa yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria siswa yang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi, sedang dan rendah. Pengumpulan data menggunakan skala perilaku prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, maka dapat dilihat berdasarkan kaidah keputusan dengan menggunakan perhitungan *uji Wilcoxon* yaitu diperoleh hasil signifikansi $p = 0,005$; $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya layanan bimbingan kelompok teknik *self management* dapat menurunkan prokrastinasi akademik di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Kata Kunci : bimbingan kelompok, *self management*, prokrastinasi akademik.

ABSTRACT

THE APPLICATION OF SELF MANAGEMENT TECHNICAL GROUP GUIDANCE SERVICE IN DECREASING ACADEMIC PROCRASTINATION BEHAVIOR AT SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG IN THE ACADEMIC YEAR OF 2023/2024

By:

SABRINA

The problem in this research is high academic procrastination. The aim of this research is to determine the effectiveness of self management technique group guidance services in reducing academic procrastination at SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung for the 2023/2024 academic year. The method used in this research is the Pre-Experimental design method using the One Group Pretest-Posttest technique. The population of this study consisted of 30 students in XI IPS 2 class. 10 Sampel Collected used the academic procrastination behavior scale with the criteria for students who have high, medium and low academic procrastination. Based on the results of research on class $p = 0,005 < 0,05$ then H_0 is rejected and H_a is accepted. This means that self management technique group guidance services can reduce academic procrastination at SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Keywords : *guidance services, self management, academic procrastination*