

***PENGGUNAAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN SOLUTION FOCUS  
BRIEF COUNSELING (SFBC) UNTUK MENURUNKAN TINGKAT  
PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA  
KELAS X SMA TARUNA DRA ZULAEHA LECES PROBOLINGGO***

**Trias Endarti, S.Pd.  
SMA Taruna Dra. Zulaecha  
triasendarti84@gmail.com**

**Edi Susanto  
SMK Negeri 1 Nganjuk  
edisusanto08011986@gmail.com**

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan konseling kelompok pendekatan solution focus brief counseling (SFBC) untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademi siswa kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha Leces Probolinggo. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Penentuan subjek berdasarkan data guru mata pelajaran tentang siswa yang sering terlambat menyelesaikan tugas. Subjek penelitian sebanyak 9 siswa kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha Leces Probolinggo. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat prokrastinasi akademik siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC).

*Kata Kunci: Prokrastinasi akademik, konseling kelompok, solution focus brief counseling*

**Abstract**

*This research concerns to know the using of approach group counseling of solution focus brief counseling (SFBC) to decrease akademi to the students of class X of SMA Taruna Dra. Zulaeha Leces Probolinggo. The method research used qualitatif description. The determine of subject based on each lesson teacher data about student who always came late to finish the assignment. The research subjects are 9 students of class X SMA Taruna Dra. Zulaeha Leces Probolinggo. Based on the result of research, it can be taken summary that there is significant distinction between student's prokrastinasi akademik before and and after given service approach group counseling of Solution Focus Brief Counseling (SFBC).*

*Key Words: : Prokrastinasi akademik, group counseling, solution focus brief counseling*

**LATAR BELAKANG**

Belajar merupakan tugas utama seorang siswa baik itu di sekolah maupun di rumah. Selama siswa melaksanakan tugasnya dalam belajar, maka akan ada pekerjaan rumah atau tugas-tugas belajar dari semua guru mata pelajaran yang harus diselesaikan oleh siswa baik itu tugas di rumah (pekerjaan rumah/PR) atau tugas di sekolah. Penyelesaian tugas oleh siswa tersebut juga dipengaruhi oleh karakter siswa yang berbeda-beda. Ada siswa yang selalu menyelesaikan tugas sesuai jadwal yang ditentukan, dan ada siswa yang terlambat karena menyelesaikan tugas karena kesulitan dalam mengerjakan, serta ada pula karakteristik siswa yang sering menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas karena mengerjakan kegiatan lain yang kurang penting atau yang biasa disebut prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik menurut Solomon dan Rothblum (1998 dalam Maulana, 2019) adalah tidak mengerjakan atau menunda mengerjakan tugas, yang berakibat tugas itu tidak selesai tepat waktu, atau dikerjakan mepet deadline. Banyak siswa yang sering menunda-nunda menyelesaikan tugas karena melakukan kegiatan yang tidak tepat. Penundaan ini sering tidak disadari oleh siswa karena siswa merasa tugas tersebut mudah atau banyak waktu yang mereka miliki untuk menyelesaikan tugas tersebut.

Perilaku prokrastinasi akademik siswa ini juga terjadi ketika siswa mengerjakan tugas bimbingan dan konseling. Pemberian layanan bimbingan dan konseling di SMA Taruna Dra. Zukaeha disesuaikan dengan jadwal pembelajaran yaitu dilaksanakan dalam 5 hari sekolah dari hari senin sampai dengan jumat

mulaipukul 06.30 sampai dengan pukul 15.30. Di sekolah kami juga diberlakukan jadwal KO dan SS untuk mata pelajaran (KO adalah tugas dan SS adalah ulangan harian) sehingga kegiatan siswa di rumah setelah pulang sekolah akan disibukkan dengan pengerjaan tugas dan persiapan ulangan harian. Dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling, di SMA Taruna Dra. Zulaeha, bimbingan konseling mendapatkan jam masuk kelas satu minggu satu kali untuk setiap kelas dengan durasi 45 menit. Untuk mengetahui seberapa jauh peserta didik memahami layanan yang telah diberikan, guru bimbingan konseling (BK) memberikan tugas kepada peserta didik. Untuk menyikapi ketuntasan siswa dalam menyelesaikan tugas BK di tengah padatnya jadwal KO dan SS, maka guru BK mengadakan kontrak dengan siswa. Kontrak tersebut berisi bahwa semua kegiatan layanan BK termasuk penyelesaian tugas BK akan diselesaikan di sekolah pada jam BK masuk kelas. Apabila ada siswa yang tidak melaksanakan kontrak tersebut maka konsekuensi hukuman berdasarkan tata tertib yaitu mendapatkan poin pelanggaran akan diberlakukan. Harapannya tugas siswa dapat terselesaikan dan ketika sudah di rumah siswa tidak terbebani lagi dengan tugas BK.

Akan tetapi pada kenyataannya masih terdapat beberapa siswa yang menunda menyelesaikan tugas atau bahkan tidak dikerjakan. Hal ini akan berakibat pada bertambahnya beban tugas peserta didik di rumah, serta bertambahnya poin pelanggaran siswa sebagai konsekuensi tidak mengerjakan tugas. Berdasarkan kondisi di atas peneliti perlu kiranya mencari solusi untuk mengatasinya.

Siswa memerlukan bantuan agar mereka dapat menurunkan perilaku prokrastinasi, oleh karena itu perlu dilakukan konseling kelompok untuk mendapatkan solusi dari keadaan tersebut.

Adapun dalam melaksanakan konseling kelompok tersebut, pendekatan yang dirasa sesuai oleh peneliti adalah pendekatan solution focus brief counseling (SFBC). Pendekatan ini dipilih karena proses konseling yang dilakukan lebih ringkas tidak memakan banyak waktu dan peserta didik dapat mencari solusi sendiri dari masalahnya tersebut. Sehingga diharapkan nantinya peserta didik dapat melaksanakan solusi pemecahan masalah tersebut dengan konsisten. Agar siswa dapat menurunkan tingkat perilaku prokrastinasi akademiknya maka diusulkan untuk menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan solution focus brief counseling (SFBC). Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka dikemukakan permasalahan sebagai berikut apakah konseling kelompok pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC) dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA TARUNA DRA. Zulaeha

Dalam hal ini yang menjadi tujuan peneliti untuk melaksanakan penelitian ini adalah ingin mengetahui apakah konseling kelompok pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC) dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X MIA 2 SMA TARUNA DRA. Zulaeha

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Tujuan dari kegiatan penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan konseling kelompok pendekatan solution focus brief counseling (SFBC) untuk menurunkan tingkat prokrastinasi siswa kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha Leces Probolinggo. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Taruna Dra. Zulaeha.

Subjek penelitian ditetapkan dari hasil pengumpulan data dari guru mata pelajaran dengan kriteria sampel merupakan siswa yang memiliki tingkat prokrastinasi tinggi. Terdapat 9 siswa yang terpilih sebagai subjek penelitian. Pada 9 siswa ini diberikan tindakan menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan solution focus brief counseling (SFBC) sebanyak dua siklus tindakan dimana setiap siklus terdiri dari tahap 1). perencanaan, 2). tindakan, 3). observasi dan evaluasi, 4). Analisa dan refleksi.

Sumber data dalam penelitian ini menggunakan pengumpulan data dari guru mata pelajaran kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha, observasi dari pelaksanaan konseling kelompok, data dari hasil rekaman konseling kelompok.

Analisa data dalam pelaksanaan konseling ini digunakan untuk mengetahui penggunaan konseling kelompok pendekatan solution focus brief counseling (SFBC) untuk menurunkan tingkat prokrastinasi siswa kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha Leces Probolinggo.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

**HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan data dari deskripsi tahap studi awal dari guru mata pelajaran diperoleh penjelasan bahwa terdapat beberapa siswa yang sering tidak mengumpulkan tugas atau terlambat mengumpulkan tugas. Data ini diperoleh dari pengumpulan tugas siswa melalui aplikasi google classroom maupun quipper. Dari data tersebut diperoleh sebanyak 11 siswa yang sering tidak mengumpulkan tugas atau terlambat mengumpulkan tugas. Data tahap awal dapat diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 1.1. Data Deskripsi Awal**

N O	INISI AL SISWA	JUMLAH MATA PELAJARAN	PROSEN TASE	KATEGORI
1.	RAD	12 mata pelajaran	75 %	Tinggi
2	DR	12 mata pelajaran	75 %	Tinggi
3	RN	11 mata pelajaran	69 %	Tinggi
4	AP	11 mata pelajaran	69 %	Tinggi
5	ID	11 mata pelajaran	69 %	Tinggi
6	DV	10 mata pelajaran	63 %	Tinggi
7	DS	10 mata pelajaran	63 %	Tinggi
8	RW	10 mata pelajaran	63 %	Tinggi
9.	MZ	10 mata pelajaran	63 %	Tinggi
10.	KN	10 mata pelajaran	63 %	Tinggi
11	LC	10 mata pelajaran	63 %	Tinggi

Setelah mendapatkan data awal tersebut maka dilaksanakan tindakan pada siklus I yang dimulai dari tahap perencanaan. Pada tahap ini dilakukan 1). Pembuatan link

google meet yang akan diakses siswa dalam mengadakan konseling kelompok, 2). Peneliti menjelaskan kepada siswa yang menjadi subjek penelitian tentang susunan kegiatan yang akan dilaksanakan, 3). Menyusun RPL konseling kelompok, 4). Mempersiapkan media pembelajaran, dimana media yang digunakan adalah film pendek tentang penundaan tugas, 5). Memberikan pengarahan kepada subjek penelitian tentang pelaksanaan konseling kelompok sebagai tindakan dalam penelitian.

Setelah tahap perencanaan dilaksanakan maka dilanjutkan dengan tahap pelaksanaan tindakan yaitu dengan dilaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan solution focus brief counseling (SFBC) yang diikuti oleh 9 siswa dalam waktu kurang lebih 40 menit. Dalam pelaksanaan konseling kelompok ini dapat diperoleh hasil penyebab prokrastinasi antara lain 1). Karena malas, 2). Komunikasi yang kurang dengan guru mata pelajaran, 3). Kurang berminat pada pelajaran yang sedang dipelajari, 4). Diajak bermain oleh teman, 5). Kurang dapat memahami penjelasan materi hanya melalui video, 6). Takut bertanya kepada guru, 7). Tidak dapat bertanya langsung kepada guru karena adanya pandemi covid 19 yang membatasi pertemuan dengan guru, 8). Jenuh karena terlalu lama belajar di rumah.

Solusi-solusi penyelesaian perilaku prokrastinasi akademik yang diperoleh dari hasil konseling kelompok siklus I ini antara lain 1). akan lebih giat kelajar, tugas-tugas harus segera dikerjakan, 2). mengurangi waktu bermain game dan mengatur waktu untuk mengerjakan tugas, 3). bekerjasama dengan

teman untuk berdiskusi apabila ada tugas yang tidak dipahami, 4). tidak malu bertanya kepada guru dan teman apabila ada materi yang kurang dipahamai, 5). dapat mengatasi rasa malas dan jenuh dalam belajar.

Setelah dilaksanakan proses konseling maka evaluasi proses hasil konseling dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 1.2. Asesmen Hasil Konseling Kelompo Siklus I**

NO	Pernyataan	Respon Konseli		
		SS	S	KS
1	Saya senang mengikuti konseling kelompok	44,4 %	55,6%	
2	Saya membutuhkan konseling kelompok	44,4 %	55,6%	
3	Saya merasakan konseling ini bermanfaat bagi diri saya	55,6 %	44,4 %	
4	Saya lebih mampu mengelola kegiatan saya setelah mengikuti konseling kelompok	33,3 %	66,7 %	
5	Saya lebih realistis dalam menghadapi masalah yang saya alami setelah mengikuti konseling kelompok	33,3 %	66,7 %	
6	Banyak kerugian yang saya dapatkan dengan menunda tugas atau pekerjaan	77,8 %	11,1 %	11,1 %
7	Saya merasakan sudah menemukan cara mengatasi perilaku	44,4 %	44,4 %	11,1 %

prokrastinasi yang saya lakukan			
8	Saya akan merubah perilaku prokrastinasi saya menjadi lebih disiplin mengerjakan tugas	55,6 %	44,4 %

Dari asesmen hasil di atas dapat diketahui bahwa hampir seluruh subjek penelitian menyatakan bahwa mereka senang, tidak bosan, dapat menemukan cara mengatasi perilaku prokrastinasi serta menyatakan dapat merubah perilaku prokrastinasi menjadi disiplin dalam menyelesaikan tugas.

Setelah dilaksanakan tindakan siklus I terjadi penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa. Hal ini dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 1.3. Penurunan Tingkat Prokrastinasi Siklus I**

N	INISI	JUMLA	PROSEN	KATE
O	AL	H	TASE	GORI
	SISW	MATA		
	A	PELAJA		
		RAN		
1.	RAD	5 mata pelajaran	31,25 %	Cukup tinggi
2	DS	5 mata pelajaran	31,25 %	Cukup tinggi
3	DR	5 mata pelajaran	31,25 %	Cukup tinggi
4	ID	6 mata pelajaran	37,5%	Cukup tinggi
5	DV	6 mata pelajaran	37,5 %	Cukup tinggi
6	KN	6 mata pelajaran	37,5 %	Cukup tinggi
7	LC	8 mata pelajaran	50 %	Cukup tinggi
8	RW	8 mata pelajaran	50 %	Cukup tinggi
9.	MZ	8 mata pelajaran	50 %	Cukup tinggi

Meskipun terjadi penurunan tingkat

prokrastinasi akademik, akan tetapi tingkat prokrastinasi tersebut masih dalam kategori cukup tinggi. Oleh karena itu perlu dilaksanakan siklus II. Adapun hasil dari pelaksanaan siklus II dimulai dari tahap perencanaan yang meliputi 1). Membuat link google meet untuk melaksanakan tindakan siklus II, 2). Peneliti menjelaskan kepada siswa yang menjadi subjek penelitian tentang susunan kegiatan yang akan dilaksanakan, 3). Menyusun RPL konseling kelompok siklus II, 4). Mempersiapkan media pembelajaran, dimana media yang digunakan adalah film pendek tentang penundaan tugas, 5). Memberikan pengarahan kepada subjek penelitian tentang pelaksanaan konseling kelompok siklus II sebagai tindakan dalam penelitian. Kemudian dilanjutkan tindakan konseling kelompok solution focus brief counseling (SFBC). Hasil yang diperoleh berdasarkan penyebab prokrastinasi yang masih muncul adalah 1). Ajakan teman untuk main, 2). Kendala jaringan, 3). Listrik sering padam, 4). Kurang disiplin pada pembagian waktu yang dibuat, 5). Jenuh karena terlalu lama belajar di rumah. Sedangkan jawaban dari miracle question diperoleh data bahwa siswa akan 1). Melanjutkan mempelajari dan mengerjakan tugas yang lain, 2). Terus berusaha menstabilkan nilai, 3). Lebih giat belajar dan mengurangi rasa malas, 4). Mengingat selalu cita-cita yang ingin dicapai agar tidak menurunkan motivasi. Solusi-solusi yang diperoleh dari hasil konseling kelompok antara lain 1). lebih giat belajar dan segera menyelesaikan tugas-tugas sekolah, 2). selalu ingat dengan cita-cita agar selalu memotivasi

dalam belajar, 3). dapat membagi waktu untuk belajar, 4). lebih disiplin dalam belajar dan mengerjakan tugas, 5). menekuni hobi atau kemampuan yang dimiliki agar dapat berguna untuk mendaftar di perguruan tinggi. Setelah pelaksanaan konseling kelompok maka evaluasi hasil yang diperoleh dapat dilihat dari tabel berikut ini:

**Tabel 1.4. Asesmen Hasil Konseling Kelompok Siklus II**

NO	Pernyataan	Respon Konseli	
		SS	S
1	Saya senang mengikuti konseling kelompok	44,4 %	55,6%
2	Saya membutuhkan konseling kelompok	44,4 %	55,6%
3	Saya merasakan konseling ini bermanfaat bagi diri saya	55,6 %	44,4 %
4	Saya lebih mampu mengelola kegiatan saya setelah mengikuti konseling kelompok	33,3 %	66,7 %
5	Saya lebih realistis dalam menghadapi masalah yang saya alami setelah mengikuti konseling kelompok	33,3 %	66,7 %
6	Banyak kerugian yang saya dapatkan dengan menunda tugas atau pekerjaan	77,8 %	11,1 %
7	Saya merasakan sudah menemukan cara mengatasi perilaku prokrastinasi yang saya lakukan	44,4 %	44,4 %
8	Saya akan merubah perilaku prokrastinasi saya menjadi lebih disiplin mengerjakan tugas	55,6 %	44,4 %

Dari asesmen hasil di atas dapat diketahui bahwa hampir seluruh subjek penelitian

menyatakan bahwa mereka senang, membutuhkan konseling kelompok, bermanfaat untuk subjek penelitian, mereka juga dapat mengatasi penyebab munculnya perilaku prokrastinasi. Semua subjek penelitian juga menyatakan bahwa mereka akan melaksanakan rencana yang dibuat dalam pelaksanaan konseling kelompok, serta menyatakan bahwa mereka akan merubah perilaku prokrastinasi mereka menjadi lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas. Dalam asesmen hasil siklus II ini tidak ditemukan lagi subjek penelitian yang merasa tidak rugi karena menunda tugas, dan merasa belum menemukan cara untuk mengatasi perilaku prokrastinasi. Dengan kata lain dapat dijelaskan bahwa semua subjek penelitian telah menyadari bahwa menunda tugas karena melakukan hal atau kegiatan lain yang kurang bermanfaat (prokrastinasi) akan menimbulkan kerugian, serta seluruh subjek penelitian t dapat menemukan cara mengatasi perilaku prokrastinasi

Berdasarkan hasil pengamatan dari pelaksanaan siklus II dari data yang diperoleh dari guru mata pelajaran sudah menunjukkan penurunan tingkat prokrastinasi akademik siswa, hal ini dapat dilihat pada tabel berdasarkan dari data guru mata pelajaran:

**Tabel 1.5. Penurunan Tingkat Prokrastinasi Siklus I**

N O	INIS IAL SIS WA	JUMLA H MATA PELAJ ARAN	PROSE NTASE	KATE GORI
--------	--------------------------	-------------------------------------	----------------	--------------

1.	RAD	1 mata pelajaran	6,25%	Rendah
2	DS	1 mata pelajaran	6,25 %	Rendah
3	DR	2 mata pelajaran	12,5 %	Rendah
4	ID	3 mata pelajaran	18,75 %	Rendah
5	DV	3 mata pelajaran	18,75 %	Rendah
6	KN	3 mata pelajaran	18,75 %	Rendah
7	LC	4 mata pelajaran	25 %	Rendah
8	RW	4 mata pelajaran	25 %	Rendah
9.	MZ	4 mata pelajaran	25 %	Rendah

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa seluruh siswa telah mengalami penurunan tingkat prokrastinasi akademik menjadi kategori rendah. Meskipun masih ada beberapa mata pelajaran yang masih tertinggal dalam menyelesaikan tugas. akan tetapi hal ini menjadi suatu hal yang positif bagi seluruh subjek penelitian. Berdasarkan yang disampaikan guru mata pelajaran, ada siswa yang bahkan mulai menyelesaikan tugas-tugas yang sudah lampau, disamping dia menyelesaikan tugas yang baru. Untuk itu tetap diperlukan penguatan-penguatan untuk mereka agar selalu semangat dalam menyelesaikan tugas.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC) dapat

menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. Solution Focus Brief Counseling dapat dijadikan salah satu alternatif bagi guru Bimbingan dan Konseling untuk membantu siswa menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Menurut Corey (2015, dalam Kusumawiede, 2019) Pendekatan konseling ini memandang individu sebenarnya memiliki solusi sendiri atas permasalahannya akan tetapi terkadang mereka lupa dengan potensi yang dimiliki karena selalu memandang masalahnya. Hal ini sesuai dengan perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa, bahwa menunda-nunda tugas bagi mereka adalah hal yang dapat dilakukan dan terkesan wajar. Perilaku prokrastinasi akademik ini dilakukan oleh siswa dalam keadaan sadar, yang apabila dilakukan secara terus-menerus akan berdampak pada prestasi akademik mereka. Siswa dalam kondisi ini tidak segera mencari solusi atas masalahnya tersebut. Oleh karena itu SFBC ini diberikan agar siswa dapat mencari solusi dari masalahnya tersebut agar perilaku prokrastinasi dapat diatasi.

Penelitian yang pernah dilakukan dengan menggunakan pendekatan solution focus brief counseling adalah penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk (2019) penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki efektivitas solution focus brief counseling untuk mengurangi perilaku sosial agresif. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimental dan menggunakan desain pra-eksperimental model pretest one group pretest. Adapun Subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA Muhammadiyah 1 Prambanan. Dalam

menentukan subjek yang akan diteliti, peneliti menggunakan desain nonprobability sampling dengan purposive sampling. Dalam temuan penelitian ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara tingkat agresif sosial siswa sebelum dan sesudah mereka diperlakukan dengan SFBC. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa SFBC berbasis seni kreatif efektif serta dapat dijadikan sebagai alternatif bantuan untuk mereduksi perilaku sosial.

Penelitian sebelumnya juga telah membuktikan bahwa penggunaan solution focus brief Counseling dapat menurunkan perilaku prokrastinasi siswa (Kusumawiede, dkk. 2019). Dalam penelitian ini jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain penelitian pre eksperimental design menggunakan teknik non probability sampling design dengan purposive sampling. Subjek penelitian adalah siswa kelas khusus olahraga SMP Negeri 2 Galur Kulon Progo. Berdasarkan penelitian ini ditemukan bahwa solution focus brief counseling efektif untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik siswa

Penelitian yang lain juga menyatakan bahwa penggunaan konseling kelompok dengan pendekatan solution focus brief counseling dapat menurunkan tingkat prokrastinasi siswa. Hasil penelitian tersebut sama dengan penelitian ini, yang membedakan adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah randomized pretest-posttest control group design. Subjek penelitian menggunakan kelompok eksperimen sebanyak 7 orang siswa. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai (Sig)  $0,018 < 0,05$ , maka  $H_0$

ditolak dan Ha diterima. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik siswa dapat dikurangi dengan menggunakan konseling kelompok Solution Focus Brief Counseling (SFBC).

Berdasarkan hasil beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa telah berhasil membuktikan efektivitas penggunaan solution focus brief counseling (SFBC) untuk mengatasi berbagai macam permasalahan. Penelitian ini juga dapat membuktikan bahwa solution focus brief counseling (SFBC) dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha.

## KESIMPULAN

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan ini dapat disimpulkan bahwa penggunaan konseling kelompok dengan pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC) dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X SMA Taruna Dra. Zulaeha. Hal ini juga dapat digunakan sebagai salah satu intervensi yang dapat digunakan oleh guru BK dalam memberikan layanan.

Penelitian ini juga memebrikan dasar bagi pengembangan penelitian yang selanjutnya dalam meneliti perilaku prokrastinasi akademik dengan menggunakan konseling kelompok pendekatan Solution Focus Brief Counseling (SFBC). Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan kembali pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC serta sebagai salah satu

upaya pengembangan layanan konseling di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Farozin, Muh, dkk. 2016. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas*. Jakarta:Kementrian Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Marketing. Tanpa tahun. *Tutorial Lengkap Membuat Daftar Pustaka (Lengkap)*. (online).  
<https://www.google.com/amp/s/idcloudhost.com/cara-lengkap-membuat-daftar-pustaka/amp/>
- Nugroho, A. H., Puspita, D. A, Mulawarman. *Penerapan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) untuk Meningkatkan Konsep Diri Akademik Siswa*. Jurnal Bikotetik. (e-journal). Volume 2: 01, 73-114.  
[https://www.researchgate.net/profile/Mulawarman\\_Mulawarman2/publication/325319937\\_Penerapan\\_Solution-Focused\\_Brief\\_Counseling\\_SFBC\\_untuk\\_Meningkatkan\\_Konsep\\_Diri\\_Akademik\\_Siswa/links/5b056cae4585157f870915a0/Penerapan-Solution-Focused-Brief-Counseling-SFBC-untuk-Meningkatkan-Konsep-Diri-Akademik-Siswa.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Mulawarman_Mulawarman2/publication/325319937_Penerapan_Solution-Focused_Brief_Counseling_SFBC_untuk_Meningkatkan_Konsep_Diri_Akademik_Siswa/links/5b056cae4585157f870915a0/Penerapan-Solution-Focused-Brief-Counseling-SFBC-untuk-Meningkatkan-Konsep-Diri-Akademik-Siswa.pdf)
- Nurhikmah,Sri. 2018. *Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Terhadap Tugas*

*Produktif Melalui Layanan Klasikal Dengan Pendekatan Small Group Discussion Di Kelas X Busana Butik 1 SMK Negeri Darul Ulum Muncar Tahun Pelajaran 2016/2017. Volume 4:55*

Hasil - Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri (e-journal), 6(2), 60-67.

<https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor/article/view/13616/1384>

Pranata, A. 2012. *BAB II Landasan Teori*.

(online). [http://eprints.ums.ac.id-/17229/7/BAB\\_II.pdf](http://eprints.ums.ac.id-/17229/7/BAB_II.pdf)

Putri, D. A., Saputra, W.N. E., Hartanto. D., & Nugraha, A. (2019) *The Effectiveness of Solution Focused Brief Counseling (SFBC) Based on Creative Art to Reduce Students Social Agressive Behavior*. Nusantara of Research: Jurnal