



# Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Token Economy* Untuk Mereduksi Perilaku *Prokrastinasi* Akademik Siswa

Alif Rizki Yunanto<sup>1\*</sup>, Tawil<sup>2</sup>, Hijrah Eko Putro<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

<sup>2,3</sup>Bimbingan dan konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

\*email: alifrizkiyunanto@students.unnes.ac.id

DOI:

## Abstract

*This Research aimed to test the effectiveness of group counseling techniques token economy to reduce students' academic procrastination behavior of seven grade students of SMP Persatuan of Mertoyudan. This type research is quasi experiment with the design of the research is nonequivalent control group design, Subjects selected by purposive sampling. Sample articles used as many as 12 students, 6 students as an experimental group and 6 students as a control group. Data collection instruments used is a students' academic procrastination behavior scale. Test this hypothesis using parametric analysis its paired sample t test and independent sample t test, test with SPSS 22.0 for Windows. The results showed that group counseling techniques homework assignment effective to improve the character of the students, this is evidenced by the results of the experimental group paired sample t test with probability Sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$ . Based on analysis of an average reduce of -80,3 with the experimental group were categorized as low.*

**Keywords:** *Group Counseling, Token Economy ; Student Academic Procrastination*

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan teknik token economy untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VII SMP Persatuan Mertoyudan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan adalah nonequivalent control group design. Subjek penelitian dipilih secara Purposive sampling. Sampel yang digunakan sebanyak 12 siswa, 6 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 6 siswa sebagai kelompok kontrol. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah Skala prokrastinasi akademik siswa. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis parametric yaitu uji Paired sample t-test dan Independent sample t-test dengan bantuan program SPSS 22.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik token economy lebih berpengaruh untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa, hal ini dibuktikan dengan hasil uji Paired sample t test



kelompok eksperimen dengan probabilitas Sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$ . Berdasarkan analisis rata-rata penurunan kelompok eksperimen sebesar -80,3 yang termasuk dalam kategori rendah. Abstrak harus dibuat singkat, menarik, sederhana, dan mudah dipahami tanpa membaca keseluruhan artikel. Untuk itu, hindari menggunakan jargon, singkatan dan referensi.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok; Token Economy; Prokrastinasi Akademik

---

## 1. Pendahuluan

Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah. Seseorang yang melakukan penundaan berarti banyak waktu yang terbuang sia-sia. Tugas-tugas menjadi terbengkalai, bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal. Kemunculan prokrastinasi akademik seringkali disebabkan oleh perasaan takut salah, perfeksionis (menuntut kesempurnaan), malas serta lemahnya motivasi belajar. Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan “pro” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “crastinus” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya” (Ghufron, 2010). Senada dengan pengertian ini, Brown dan Holzam (Ghufron 2010) mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Perilaku tersebut perlu mendapatkan penyelesaian untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada siswa, yaitu menggunakan layanan konseling kelompok teknik token economy. Token economy merupakan bagian dari teknik modifikasi perilaku, modifikasi perilaku termasuk dalam pendekatan behaviorisme dengan teknik penguatan. Pendekatan behaviorisme adalah pendekatan yang mengasumsikan perilaku manusia harus dipelajari secara ilmiah (Feist, 2010). Teknik penguatan yang digunakan adalah teknik penguatan positif yang berarti setiap stimulus yang dimasukkan dalam suatu situasi, meningkatkan kemungkinan bahwa perilaku akan terjadi, (Feist, 2010).

Konseling adalah sebuah profesi yang sifatnya membantu (*helping profession*). Sebagai *helping profession*, konseling dilakukan dengan berbagai prosedur, salah satunya adalah melalui layanan konseling kelompok. Menurut Ward (Kurnanto, 2013) prosedur kelompok dalam konseling dan psikoedukasi telah lama dipertimbangkan dan digunakan oleh konselor sebagai metode yang dipandang lebih bijaksana dalam membantu konseli. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan kelompok untuk berbagai fungsi pendidikan dan konseling memberikan keuntungan yang bermanfaat.

Penggunaan teknik token economy dapat dijadikan salah satu alternatif dalam mereduksi prokrastinasi akademik, hal ini sesuai dengan pendapat Combs (Anggraini, 2017) yang menyatakan sikap menunda-nunda dapat diatasi dan disembuhkan dengan beberapa cara, salah satunya adalah : Menciptakan alasan untuk sukses, yaitu seseorang yang ingin berubah harus memiliki alasan untuk sukses. Alasan kuat ini akan membantu untuk menghindari sikap menunda-nunda. Karena motivasi dari dalam diri memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap sikap seseorang. Token economy merupakan salah satu alasan yang membuat siswa dapat mengurangi prokrastinasi akademik. Adanya token economy akan mengarahkan perilaku siswa agar mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Peristiwa tersebut memberikan gambaran bagi peneliti untuk memberikan tindakan melalui layanan

konseling kelompok dengan teknik token economy agar siswa yakin akan kemampuannya bahwa dirinya dapat mereduksi perilaku prokrastinasi akademik.

## 2. Metode

Metode penelitian adalah cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu (Sugiyono, 2016). Rancangan penelitian yang dilakukan adalah penelitian eksperimen. Penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen menggunakan metode Nonequivalent Control Group Design. Penelitian merencanakan 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai pembanding. Penelitian dilakukan dengan cara melakukan pengukuran sebelum pemberian perlakuan dan pengukuran setelah pemberian perlakuan, perbedaan hasil pengukuran dianggap sebagai efek dari perlakuan. Desain penelitian ditunjukkan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Desain penelitian *Quasi Eksperimen Nonequivalent Control Group Design*

Group	Pretest	Perlakuann	Posttest
KE	X1	✓	X2
KK	Y1	✓	Y2

Keterangan :

KE :	Kelompok Eksperimen	KK :	Kelompok Kontrol
X1 :	Hasil Pretes KE	Y1 :	Hasil Pretest KK
X2 :	Hasil Posttest KE	Y2 :	Hasil Posttest KK
:	Perlakuan dengan teknik <i>Token Economy</i>	✓ :	Perlakuan tanpa <i>Token Economy</i>

Langkah rencana penelitian yang pertama adalah memberikan pretest kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai data awal mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa. Langkah kedua yaitu memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berupa konseling kelompok dengan teknik *Token Economy*, konseling kelompok dilaksanakan sebanyak 6 pertemuan. Kemudian kelompok kontrol diberikan perlakuan sebanyak 4 kali tanpa teknik. Langkah ketiga memberikan posttest kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Langkah keempat yaitu membandingkan hasil pretest dan posttest dengan tujuan untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang diberikan.

### 2.1. Subyek penelitian

Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Persatuan Mertoyudan 33 Siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi sebanyak 12 orang yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik siswa yang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol). Dalam menentukan sampel kelompok, peneliti menggunakan teknik purposive sampling yaitu sampel yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki peringkat 12 tertinggi berdasarkan *pretest*.

## 2.2. Setting penelitian

Penelitian dilakukan di kelas VII SMP Persatuan Mertoyudan yang beralamat Jl. K.H Irsyad No. 01 Bondowoso, Mertoyudan, Kab. Magelang.

## 2.3. Metode Pengumpulan Data

Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup (*close form questioner*) yaitu kuesioner yang disusun dengan menyediakan jawaban sehingga responden hanya memberi tanda pada jawaban yang dipilih sesuai dengan keadaan sebenarnya. Instrumen ini menggunakan Skala Likert dengan model empat pilihan (skala empat) yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), dan TS (Tidak Sesuai).

## 3. Hasil dan pembahasan

### 3.1. Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Penelitian ini menguji normalitas data dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 for windows, dengan melalui tes *kolmogorov-smirnov*. Data dikatakan normal jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada [Tabel 2](#).

**Tabel.2** Data Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Statistic	Df	Sig.
Pretest.Eksperimen	.299	6	.102
Posttest.Eksperimen	.155	6	.200*
Pretest.Control	.237	6	.200*
PosttestControl	.187	6	.200*

Berdasarkan [tabel 2](#) diketahui bahwa data *pretest* dan *post test* kelompok eksperimen dan kontrol berdistribusi normal dikarenakan nilai signifikan lebih besar dari 0,05.

#### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang di dapat bervariasi sama atau tidak. Uji homogenitas dilakukan dengan *tes of homogeneity of variance* dengan bantuan SPSS 22.0 for windows. Hasil dari tes homogenitas dapat dilihat pada [Tabel 3](#).

**Tabel 3.** Data Hasil Uji Homogenitas

Hasil				
Levene	Statistic	df1	df2	Sig.
	2,020	3	20	,143

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah data dianggap homogen jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05. berdasarkan hasil di [tabel 3](#) nilai signifikan 0,143 yang artinya lebih besar dari 0,05 berarti dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini bersifat homogen.

### c. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan model analisis *parametric* dikarenakan memenuhi hasil prasyarat yaitu data berdistribusi normal dan bersifat homogen, dalam penelitian ini sampel hanya berjumlah 12 siswa, 6 siswa kelompok eksperimen dan 6 orang kelompok kontrol. Hipotesis dalam penelitian ini adalah konseling kelompok teknik *Token Economy* berpengaruh untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.

### d. Uji beda *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen

Dalam uji beda *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen menggunakan uji *paired sample t-test* dengan bantuan SPSS 22.0 *for window* sehingga dapat mengetahui apakah ada perbedaan, dalam hal ini untuk membuktikan apakah konseling kelompok teknik *token economy* berpengaruh untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.

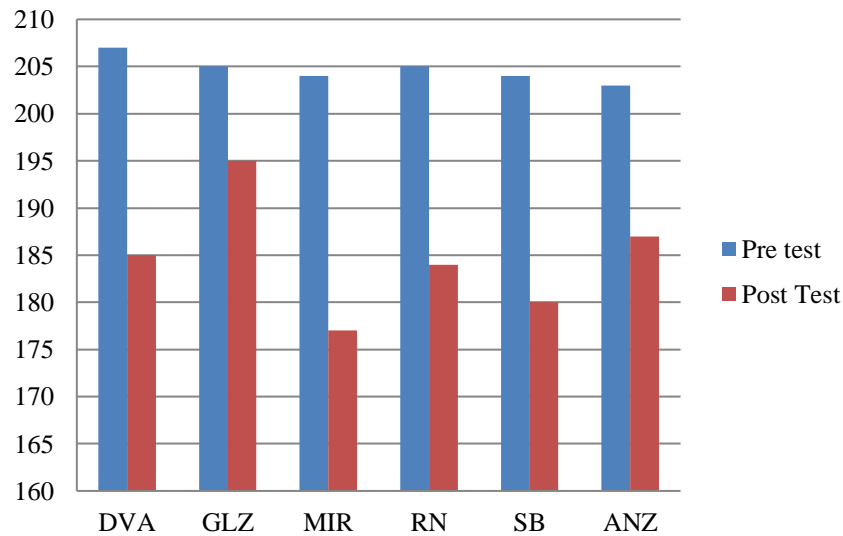
**Tabel 4.** Uji Beda Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

		Paired Samples Test			
		Paired Differences			
		95% Confidence Interval of the Difference			
		Upper	T	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PreEks - PostEks	88,41304	27,414	5	,000
Pair 2	PreKon - PostKon	26,40070	8,032	5	,000

Berdasarkan [Tabel 4](#), menunjukkan probabilitas *sig. (2-tailed)* kelompok eksperimen < 0,05 ( 0,000 < 0,05) sehingga H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima, sedangkan untuk kelompok kontrol > 0,05 (0,000 < 0,05) yang artinya H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima, sehingga berdasarkan uji beda dengan uji *paired sample t-test* diambil kesimpulan bahwa ada beda antara *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen yang berarti bahwa konseling kelompok teknik *token economy* berpengaruh dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa, sedangkan untuk kelompok kontrol juga mengalami penurunan yang signifikan namun tidak setinggi kelas eksperimen. Berikut penyajian data *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ditunjukkan pada [Gambar 1](#).

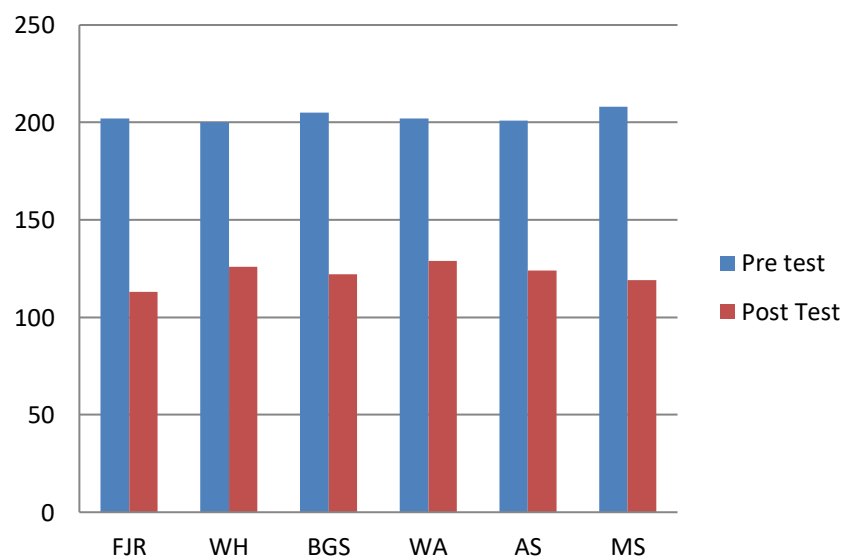
Berdasarkan [Gambar 1](#) diketahui siswa berjumlah 6 orang sebagai sampel penelitian yang menunjukkan hasil *pre test* dan *post test* masing-masing siswa. Pertama DVA mendapat skor *pre test* 207 dan skor *post test* 185. Kedua, GLZ mendapat skor *pre test* 205 dan skor

post test 195. Ketiga, MIR mendapat skor pre test 204 dan skor post test 177. Keempat, RN mendapat skor pre test 205 dan skor post test 184. Kelima, SB mendapat skor pre test 204 dan skor post test 180. Keenam, ANZ mendapat skor pre test 203 dan skor post test 187.



**Gambar 1.** Hasil Skor *Pre test* dan *Post test* Kelas Kontrol

Berdasarkan [Gambar 2](#), diketahui siswa berjumlah 6 orang sebagai sampel penelitian yang menunjukkan hasil pre test dan post test masing-masing siswa. Pertama FJR mendapat skor pre test 202 dan skor post test 113. Kedua, WH mendapat skor pre test 200 dan skor post test 126. Ketiga, BGS mendapat skor pre test 205 dan skor post test 122. Keempat, WA mendapat skor pre test 202 dan skor post test 129. Kelima, AS mendapat skor pre test 201 dan skor post test 124. Keenam, MS mendapat skor pre test 208 dan skor post test 119.



**Gambar 2.** Hasil Skor *Pre test* dan *Post test* kelas Eksperimen

### e. Uji beda kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol

Uji beda kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol menggunakan uji *Independent Sample t-test* dengan bantuan SPSS 22.0 *for windows* untuk menguji apakah ada antara *post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. namun sebelum melakukan uji *Independent Sample t-test* terlebih dahulu menganalisis *pre test* dan *post test* dengan skor gain (*gain actual*) seperti yang disajikan dalam [table 5](#) berikut:

**Tabel 5.** Rekapitulasi Hasil Hitung *Pre test*, *Post test*, dan *Gain Score* Skala Prokrastinasi

Akademik Siswa						
Kelompok Eksperimen						
No	Nama	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>		Penurunan ( <i>Gain score</i> )
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1.	FJR	202	Tinggi	113	Rendah	-89
2.	WH	200	Tinggi	126	Rendah	-74
3.	BGS	205	Tinggi	122	Rendah	-83
4.	WA	202	Tinggi	129	Rendah	-73
5.	AS	201	Tinggi	124	Rendah	-77
6.	MS	208	Tinggi	119	Rendah	-89
Kelompok Kontrol						
No	Nama	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>		Penurunan ( <i>Gain score</i> )
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1.	DVA	207	Tinggi	185	Sedang	-22
2.	GLZ	205	Tinggi	195	Sedang	-10
3.	MIR	204	Tinggi	177	Sedang	-27
4.	RN	205	Tinggi	184	Sedang	-21
5.	SB	204	Tinggi	180	Sedang	-24
6.	ANZ	203	Tinggi	187	Sedang	-16

Dari hasil hitung *gain score* yang dapat dilihat pada [table 5](#) yang kemudian diuji dengan menggunakan teknik analisis *Independent Sample t-test*. Adapun hasil hitung uji beda kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan *Independent Sample t-test*, sebagai berikut :

**Tabel 6.** Uji Beda Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Menggunakan *Independent Sample t-test*

Group Statistics	
------------------	--

	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil	Post Eksperimen	6	122,17	5,636	2,301
	Post Kontrol	6	184,67	6,218	2,539

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances			t-test for Equality of Means					
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil	Equal variances assumed	,006	,939	-	10	,000	-62,500	3,426	-70,134	-
	Equal variances not assumed			-	9,905	,000	-62,500	3,426	-70,144	-

Analisis dari [table 6](#) dapat dilihat dari kolom nilai Sig. (2-tailed) posttest adalah 0,000 lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan terjadi perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah adanya perlakuan pada kelompok eksperimen.

f. **Presentase pengaruh konseling kelompok teknik *token economy* untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa.**

Selain bukti bahwa konseling kelompok teknik *token economy* terbukti mampu mereduksi prokrastinasi akademik siswa, peneliti akan menyajikan presentase pengaruh tersebut dalam [table 7](#) berikut:

**Tabel 7.** Perubahan Skor *Pre test Post test* Kelompok Eksperimen

No	Nama	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Perubahan	
				Nilai	%
1	FJR	202	113	-89	-44.0%
2	WH	200	126	-74	-37.0%
3	BGS	205	122	-83	-40.4%
4	WA	202	129	-73	-36.1%
5	AS	201	124	-77	-38.3%
6	MS	208	119	-89	-44.0%



Rata-rata	-80.3	-39.7%
Minimum	-73	-36.1%
Maksimum	-89	-44.0%

Berdasarkan [table 7](#) penurunan skor *pre test* dan *post tes* kelompok eksperimen diketahui bahwa penurunan tertinggi sebesar -89 atau -44.0% dan terendah adalah -73 atau -36.1% . Berdasarkan presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *token economy* berpengaruh pada kelompok eksperimen sehingga mengalami penurunan atau perubahan yang signifikan.

**Tabel 8.** Perubahan Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Kontrol

No	Nama	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Perubahan	
				Nilai	%
1	DVA	207	185	-22	-10.6%
2	GLZ	205	195	-10	-4.8%
3	MIR	204	177	-27	-13.2%
4	RN	205	184	-21	-10.2%
5	SB	204	180	-24	-11.7%
6	ANZ	203	187	-16	-7.8%
	Rata-rata			-20	-9.7%
	Minimum			-10	-4.8%
	Maksimum			-27	-13.2%

Berdasarkan [table 8](#) bahwa penurunan tertinggi sebesar -27 atau 13,2% sedangkan terendahnya adalah -10 atau -4,8% sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa kelompok kontrol yang diberi perlakuan terdapat penurunan namun tidak seperti skor yang diperoleh kelompok eksperimen.

### 3.2 Pembahasan

Penelitian dilaksanakan sebanyak 6 pertemuan pada kelas eksperimen dan 4 pertemuan pada kelas kontrol, dengan jumlah sampel sebanyak 12 siswa, yang terbagi 6 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 6 siswa sebagai kelompok kontrol. Sampel didapatkan dengan metode *purposive sampling* berdasarkan *pretest* dengan kategori tertinggi yang kemudian diberikan perlakuan untuk kelompok eksperimen dan diukur kembali dengan *posttest*.

Data hasil penelitian ini menggunakan analisis *statistic parametric* atau menggunakan uji *Paired sample t test* dan *Independet sample t test* dikarenakan telah lolos uji prasyarat (normalitas dan homogenitas), hasil uji *paired sample t test* menunjukkan bahwa terjadi perbedaan antara *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen yang dapat disimpulkan bahwa terjadi perbedaan atau penurunan perilaku prokrastinasi akademik dari anggota kelompok, sedangkan untuk kelompok control terjadi penurunan namun tidak sedrastis kelompok eksperimen. Pada uji *independent sample t test* *Pretest*

menunjukkan bahwa anggota kelompok eksperimen dan kontrol memiliki nilai yang sama atau berasal dari kategori yang sama yaitu prokrastinasi akademik tinggi. Berdasarkan hasil *Independent sample t test posttest* adanya perbedaan yang signifikan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hal ini diperjelas dengan rata-rata perubahan kelompok kontrol -20 atau -9.7% dibandingkan dengan kelompok eksperimen yang memiliki angka perubahan 80.3 atau 39.7%. Sehingga kesimpulan yang didapat bahwa kelompok eksperimen mengalami penurunan perilaku prokrastinasi yang signifikan sedangkan kelompok kontrol penurunan namun tidak sedrastis kelompok eksperimen.

Bukti perubahan perilaku yang menunjukkan bahwa konseling kelompok teknik *token economy* dapat mereduksi prokrastinasi akademik siswa yaitu adanya perubahan perilaku anggota kelompok berdasarkan analisis *pre test* dan *post test* setelah diberikan *treatment* atau perlakuan.

Bukti perubahan perilaku didukung dengan adanya perubahan yang signifikan dari skor *pretest* dan *post test* setiap individu anggota kelompok yaitu FJR yang semula mendapatkan skor 202 menjadi 113, WH yang semula mendapatkan skor 200 menjadi 126, BGS semula mendapatkan skor 205 menjadi 122, WA yang sebelumnya 202 menjadi 129, AS yang sebelumnya mendapatkan skor 201 menjadi 124 dan MS yang sebelumnya mendapatkan skor 208 menjadi 119.

Konseling kelompok teknik *token economy* dapat mereduksi prokrastinasi akademik siswa didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Weni Anggraini (2017) Penelitian tersebut berjudul "Token Ekonomi Sebagai Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik". Prokrastinasi akademik dapat berkurang dengan pemberian *reward* atau *reinforcement* positif kepada peserta didik yang telah mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademiknya. Token ekonomi sebagai suatu teknik dalam pemberian *reward* dapat diberikan kepada peserta didik agar prokrastinasi akademiknya dapat berkurang.

Berdasarkan hal tersebut membuktikan bahwa konseling kelompok teknik *token economy* berpengaruh mereduksi perilaku prokrastinasi siswa kelas VII SMP Persatuan Mertoyudan.

Proses pelaksanaan konseling tidak lepas dari adanya kendala dan hambatan yaitu jadwal bimbingan konseling hanya satu jam pelajaran setiap minggunya sehingga harus meminta jadwal tambahan atau meminta jam pada guru mata pelajaran lain. Selain itu proses pemberian layanan konseling yang dilaksanakan mendekati penilaian tengah semester (PTS), membuat peneliti kesulitan mengatur jadwal pertemuan dengan siswa.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan yang sudah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa Siswa kelas VII SMP Persatuan Mertoyudan mempunyai permasalahan prokrastinasi akademik. Konseling kelompok teknik *token economy* berpengaruh dalam mereduksi prokrastinasi akademik siswa, hal ini dibuktikan dengan penurunan yang signifikan skor *post test* dibandingkan *pre test* kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami penurunan yang signifikan. Dampak positif dari penelitian ini di antara lain siswa siswa mulai membiasakan mengurangi perilaku menunda-nunda pekerjaan sekolah baik tugas maupun Pekerjaan Rumah. Penelitian ini bisa dijadikan

menjadi referensi untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa dengan melalui layanan konseling kelompok teknik token economy.

---

## Referensi

Austin, J., Bentkover, J., & Chait, L. (2016). *Leading Strategic Change In An Era Of Healthcare Transformation*.

Anggraini, Weni. (2017.) *Token Ekonomi Sebagai Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik*. Semarang: Seminar Nasional BK FIP-UPGRIS

Feist, Jess dan Feist, Gregory J. (2010). *Buku 2 Teori Kepribadian Theories of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika.

Ghufron, M. Nur & Rini Risnawati S. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.

Kurnanto, M. Edi. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

---



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

---