

ABSTRAK

Nadia Syifa Aisya. 2022. Efektivitas Teknik *Self-Management* Dengan Menggunakan Nilai-Nilai Budaya Banjar Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Karang Intan Kabupaten Banjar, di bawah pembimbing konten dan metodologi: Dr. Hidayat Ma'ruf, M.Pd dan pembimbing Bahasa dan penulisan: Mufida Istati, M.Pd.

Kata Kunci: Teknik *Self-Management* Nilai-Nilai Budaya Banjar, Prokrastinasi Akademik.

Berdasarkan hasil penelitian berupa wawancara yang dilakukan kepada guru Bimbingan dan Konseling bahwa terdapat 6 siswa dari 31 siswa di kelas XI MIPA 2 yang mengalami Prokrastinasi akademik yang tinggi, prokrastinasi akademik dalam pembelajaran daring seperti siswa tidak aktif dalam pembelajaran daring, siswa tidak mengerjakan tugas, siswa menunda mengumpulkan tugas, siswa kesulitan dalam mengambil keputusan mengenai tugas mana yang harus dikerjakan terlebih dahulu, dan siswa tidak bisa mengatur waktu dengan baik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode eksperimen dengan desain *Single Subject Research*, (A-1, B, A-2). Pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi perilaku, wawancara dan dokumentasi yang kemudian akan dianalisis dengan menggunakan lembar observasi perilaku.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan Bahwa Teknik *Self-Management* Menggunakan Nilai-Nilai Budaya Banjar Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa menunjukkan perubahan perilaku pada baseline-1 (A1) prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi yaitu skor 5, pada tahap intervensi (B) menunjukkan penurunan dari skor 5 menjadi skor 3 dan pada baseline-2 (A2) perilaku prokrastinasi akademik siswa menunjukkan penurunan dari skor 2,6 menjadi skor 1,6.