

ABSTRAK

Almaeida Rahmah, 220101060828, *Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Sungai Tabuk*, Pembimbing Widiya Aris Radiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog, pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, 2026

Kata Kunci: Strategi Guru BK, Prokrastinasi Akademik

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sungai Tabuk, seperti menunda pengerjaan tugas, keterlambatan mengumpulkan tugas, kurangnya persiapan belajar, serta rendahnya motivasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk prokrastinasi akademik yang dialami siswa serta strategi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam mengurangi perilaku tersebut.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian terdiri dari satu orang guru BK, dua orang wali kelas, dan tiga orang siswa kelas VIII. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Teknik keabsahan data yang digunakan yaitu triangulasi sumber.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk prokrastinasi akademik siswa meliputi aspek *perceived time*, *intention-action*, *emotional distress*, dan *perceived ability*. Faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik antara lain penggunaan gawai dan media sosial secara berlebihan, rasa malas, kelelahan, rendahnya motivasi belajar, serta lemahnya manajemen waktu. Strategi guru BK dalam mengurangi prokrastinasi akademik dilakukan dengan membantu siswa mengatur waktu belajar, meningkatkan konsistensi antara niat dan tindakan, mengurangi kecemasan dan rasa takut gagal, serta menumbuhkan kepercayaan diri siswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Strategi tersebut cukup efektif dalam meningkatkan kesadaran belajar dan tanggung jawab akademik siswa.