



Psychocentrum Review

ISSN 2656-1069

Editor:  Pramudya Eko Laksana

Publication details, including author guidelines

URL: <http://journal.unindra.ac.id/index.php/pcr/about/submissions#authorGuidelines>

Reduksi Keputusan Prokrastinasi Akademik Siswa melalui Teknik Pertanyaan Berskala dalam Konseling Ringkas Berfokus Solusi

Kharisma Gigih Kurniawan¹⁾, Andi Mappiare AT, & Adi Atmoko
Universitas Negeri Malang, Indonesia

Article History

Received : 16 December 2018

Revised : 12 February 2019

Accepted : 19 March 2019

How to cite this article (APA 6th)

Kurniawan, G.K., Mappiare AT., A., & Atmoko, A. (2019). Reduksi Keputusan Prokrastinasi Akademik Siswa melalui Teknik Pertanyaan Berskala dalam Konseling Ringkas Berfokus Solusi. *Psychocentrum Review*, 1(1), 39–46. DOI: <https://doi.org/10.30998/pcr.117>The readers can link to article via <https://doi.org/10.30998/pcr.117>

Correspondence regarding this article should be addressed to:

Kharisma Gigih Kurniawan. Department of Guidance and Counseling, Faculty of Education, Universitas Negeri Malang, Jalan Semarang No.5 Gedung E1 Malang 65145 – Indonesia. E-mail: kharismagk@gmail.com

SCROLL DOWN TO READ THIS ARTICLE



Universitas Indraprasta PGRI (as Publisher) makes every effort to ensure the accuracy of all the information (the “Content”) contained in the publications. However, we make no representations or warranties whatsoever as to the accuracy, completeness, or suitability for any purpose of the Content. Any opinions and views expressed in this publication are the opinions and views of the authors, and are not the views of or endorsed by Universitas Indraprasta PGRI. The accuracy of the Content should not be relied upon and should be independently verified with primary sources of information.

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

Copyright by Kurniawan, G.K., Mappiare AT., A., & Atmoko, A. (2019)

The authors whose names are listed in this manuscript declared that they have NO affiliations with or involvement in any organization or entity with any financial interest (such as honoraria; educational grants; participation in speakers' bureaus; membership, employment, consultancies, stock ownership, or other equity interest; and expert testimony or patent/licensing arrangements), or non-financial interest (such as personal or professional relationships, affiliations, knowledge or beliefs) in the subject matter or materials discussed in this manuscript. This statement is signed by all the authors to indicate agreement that the all information in this article is true and correct.

Original Article

Reduksi Keputusan Prokrastinasi Akademik Siswa melalui Teknik Pertanyaan Berskala dalam Konseling Ringkas Berfokus Solusi

Kharisma Gigih Kurniawan¹⁾, Andi Mappiare AT, & Adi Atmoko
Universitas Negeri Malang, Indonesia

Abstract. Academic procrastination is blocking on academic tasks. The students acted intentionally and often by waiting on initiating and finishing the tasks. In Solution-Focused Brief Counseling way, there is one approach namely scaling questions that can be apply to promoting reduce students behavior in deciding on academic procrastination. This research intends to figure out the difference level of academic procrastination between before and after therapy. This research using single subject design. We applying scaling questions technique and combine with Solution-Focused Brief Counseling to 5 students in Junior High School. The result of this research showed that there is a difference level of academic procrastination before and after the Solution-Focused Brief Counseling using scaling questions techniques was given. The implication of this research is Solution-Focused Brief Counseling using scaling questions techniques can be applied as another way by school counselors to encourage students to get out of academic procrastination issues.

Keywords: Solution-focused brief counseling; academic procrastination; scaling questions

Correspondence author: Kharisma Gigih Kurniawan. Department of Guidance and Counseling, Faculty of Education, Universitas Negeri Malang, Jalan Semarang No.5 Gedung E1 Malang 65145 – Indonesia. E-mail: kharismagk@gmail.com

 This work is licensed under a CC-BY-NC

Pendahuluan

Konseling Ringkas Berfokus Solusi (selanjutnya disebut KRBS) atau biasa dikenal dengan *Solution-Focused Brief Counseling* merupakan salah satu pendekatan *postmodern* yang memandang bahwa manusia merupakan makhluk yang sehat, dan mampu menemukan solusi terhadap masalah yang dialaminya (Ratner, George, & Iveson, 2012; Watts & Pietrzak, 2000; Wettersten, Lichtenberg, & Mallinckrodt, 2005). Pada praktiknya De Shazer and Dolan (2012) menjelaskan bahwa pada KRBS, konseli dan konselor bersama-sama mengembangkan solusi terlebih dahulu untuk memunculkan deskripsi tentang apa yang berbeda jika masalah telah teratasi.

Penggunaan KRBS juga dapat digunakan di lingkungan sekolah (Littrell & Vander Wood, 1995; Thompson & Littrell, 1998). Studi yang dilakukan oleh Franklin, Moore, and Hopson (2008) menyebutkan bahwa KRBS efektif digunakan untuk menangani masalah siswa di sekolah. Dengan penggunaan waktu yang singkat dan berfokus pada solusi, pembahasan mengenai solusi-solusi apa yang bisa dilakukan oleh siswa akan lebih banyak (Sklare, 1997). Siswa terus diarahkan pada penemuan berbagai solusi daripada mendeskripsikan apa masalah yang dialaminya (Birdsall & Miller, 2002; Newsome, 2004). KRBS tidak memerlukan sesi yang

banyak seperti pendekatan modern lainnya. KRBS memungkinkan hanya diperlukan beberapa sesi saja untuk membangun momentum perubahan dalam diri klien (Hidayah & Triyono, 2014).

KRBS memiliki cukup banyak teknik yang bisa digunakan dalam sesi konseling, salah satunya adalah teknik pertanyaan berskala. Jackson and McKergow (2002) menjelaskan bahwa pertanyaan berskala adalah cara yang efektif untuk mengukur seberapa dekat konseli dengan hasil yang diinginkan dari setiap program perubahan. Pertanyaan berskala merupakan alat untuk mendorong dan menilai kemajuan konseli untuk menuju masa depan yang telah ditetapkannya. Pertanyaan berskala digunakan untuk mengukur sesuatu yang bersifat abstrak agar menjadi lebih konkret. Lebih lanjut, Perry (2010) menjelaskan bahwa penskalaan adalah sebuah teknik terfokus-solusi yang agak sederhana yang memiliki banyak kegunaan. Salah satu kegunaannya adalah menentukan posisi dimana konseli saat ini dalam masalah yang dihadapinya.

Pertanyaan berskala memungkinkan siswa untuk lebih memperhatikan apa yang mereka telah lakukan dan bagaimana mereka dapat mengambil langkah yang akan mengarahkan pada perubahan-perubahan yang mereka inginkan (Bezanson, 2004; Corey, 2009). Pertanyaan berskala membuat siswa sadar akan keputusan yang akan mereka ambil setelah siswa mengetahui apa yang telah mereka lakukan sebelumnya. Dengan demikian siswa akan mampu membuat keputusan dengan tepat untuk mencapai perubahan yang mereka inginkan (Lewis & Osborn, 2004; Mostert, Johnson, & Mostert, 1997).

Pertanyaan berskala dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur nilai-nilai yang dianut oleh siswa dalam melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini didasari oleh pemahaman bahwa pada hakikatnya seseorang dapat mengarahkan perilaku dan/atau mengambil pertimbangan tertentu, tetapi terdapat kemungkinan bahwa perilaku dan/atau pertimbangan yang diambil itu dapat salah atau benar (Setiadi & Kolip, 2011). Dalam kaitannya itu, maka perilaku prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi menarik untuk dikaji lebih dalam karena dalam perilaku prokrastinasi akademik seseorang terlibat dalam suatu proses berfikir, merasa, dan mengambil keputusan apakah akan berperilaku prokrastinasi akademik atau tidak (Schraw, Wadkins, & Olafson, 2007; Wolters, 2003). Prokratinasi akademik secara garis besar didefinisikan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademis (seperti: mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah) sampai batas akhir waktu yang tersedia (Solomon & Rothblum, 1984). Individu melakukan prokrastinasi akademik didasarkan atas nilai yang dianutnya; dan memiliki skala yang berbeda-beda antar satu individu dengan yang lain berdasarkan cara individu itu berfikir, kepribadian yang dimiliki, dan nilai-nilai yang dipahaminya (Klassen, Krawchuk, & Rajani, 2008; Rothblum, Solomon, & Murakami, 1986).

Menurut Ghufron and Walgito (2003) prokratinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologis siswa. Sedangkan faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Nilai-nilai yang dianut dan dipahami oleh siswa termasuk dalam faktor internal yaitu kondisi psikologis siswa. Nilai-nilai yang dipahami oleh siswa beragam, salah satu yang menjadi pertimbangan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik adalah nilai etika. Adapun etika berkaitan erat dengan moral, adat, kebiasaan, atau cara hidup seseorang dalam melakukan suatu perbuatan yang baik (kesusilaan), dan menghindari hal-hal tindakan yang buruk (Detert, Treviño, & Sweitzer, 2008; Haidt, 2007). Nilai etika atau nilai baik dan buruk sesuatu hal itu bergantung pada siswa itu sendiri (Forsyth & Berger, 1982). Bagaimana siswa menginternalisasikan setiap perilaku dan tindakan yang dilihat dan di dengar di lingkungannya. Saat siswa melakukan prokrastinasi akademik, baik itu dalam skala yang tinggi atau rendah, tergantung pada nilai-nilai baik dan buruk yang siswa pahami dan kebiasaan yang berlaku bagi dirinya.

Beberapa studi terkait penggunaan KRBS dalam menangani masalah prokratinasi, antara lain dilakukan oleh Lukas and Berking (2018) dimana KRBS efektif disajikan dalam format kelompok sebagai perlakuan untuk prokratinasi dalam penggunaan *smartphone*. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Höcker, Engberding, Beißner, and Rist (2008) menunjukkan

bahwa KRBS mampu memberikan perubahan yang signifikan terhadap perilaku prokratinasi akademik siswa. Sayangnya, implementasi KRBS dengan teknik pertanyaan berskala dalam rangka mereduksi prokratinasi akademik siswa di Indonesia belum terdokumentasi dengan baik. Beberapa penelitian dan implementasi KRBS masih berfokus pada upaya untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa dari keluarga broken home, kepercayaan diri siswa, dan asertifitas siswa. Adapun kajian prokratinasi akademik masih terbatas pada hal-hal yang berkorelasi dengan prokratinasi akademik, seperti depresi; atau faktor-faktor yang mempengaruhi prokratinasi akademik seperti pola asuh orangtua, dan perbedaannya antar laki-laki dan perempuan.

Dalam rangka mengupayakan agar prokratinasi akademik siswa tidak berlanjut ke jenjang pendidikan selanjutnya, konselor sebagai pengampu bimbingan dan konseling di sekolah perlu memberikan pelayanan khusus bagi siswa yang memiliki perilaku prokratinasi akademik. Pemberian layanan responsif dengan konseling merupakan salah satu layanan yang dapat diberikan oleh konselor untuk segera mengatasi masalah prokratinasi akademik tersebut, utamanya dengan penggunaan KRBS khususnya dengan teknik pertanyaan berskala. Adapun KRBS dengan teknik pertanyaan berskala dipercaya dapat menjabarkan tujuan dari siswa yang mengalami prokratinasi akademik, sehingga akan lebih menata tujuan siswa dalam akademiknya, dan akhirnya mampu untuk mereduksi prokratinasi akademik siswa.

Berdasarkan uraian sebelumnya, penulis melakukan penelitian terkait perilaku prokratinasi akademik siswa. Secara lebih spesifik, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi penerapan KRBS dengan teknik pertanyaan berskala untuk mereduksi perilaku prokratinasi akademik di Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan *quasi-experiment* dengan *single subject design*. Rancangan ini dipilih karena memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menjelaskan lebih detail tentang perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri konseli setelah proses konseling KRBS dilaksanakan. Pendekatan dasar dalam eksperimen subjek tunggal adalah meneliti individu dalam kondisi tanpa perlakuan dan kemudian dengan perlakuan dan akibatnya terhadap variabel akibat diukur dalam kedua kondisi tersebut (Sukmadinata, 2005).

Single Subject Design adalah desain eksperimental yang dilakukan dengan satu atau sejumlah kecil peserta, dan biasanya mengumpulkan data awal pada individu sebelum perlakuan diberikan dan melanjutkan pengumpulan data setelah perlakuan diberikan (Lodico, Spaulding, & Voegtler, 2010). *Single Subject Design* juga merupakan studi tentang individu tunggal, pengamatan selama periode *baseline*, pemberian perlakuan, dan hal ini diikuti dengan pengamatan lain setelah perlakuan untuk menentukan apakah perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh atau sebaliknya tidak memberikan pengaruh (Creswell, 2012).

Populasi dalam penelitian ini, yaitu seluruh siswa kelas VII F di SMP Negeri 15 Malang pada Tahun Ajaran 2017/2018. Pada penetapan sampel penelitian, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria-kriteria yang digunakan untuk menjangkau subjek adalah sebagai berikut: (a) berstatus siswa di SMP Negeri 15 Malang; (b) siswa kelas VII F; (c) merupakan siswa kelas VII F yang termasuk dalam kategori keputusan prokratinasi akademik tinggi, dan; (d) siswa kelas VII F yang bersedia mengikuti proses konseling KRBS dari awal sampai akhir. Dari upaya penjangkauan subjek penelitian, maka diperoleh 5 orang siswa yang terlibat dalam proses konseling KRBS.

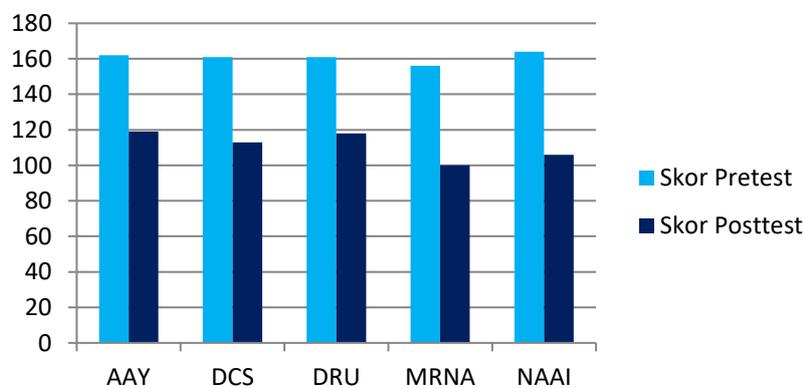
Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala keputusan prokratinasi akademik dan panduan eksperimen yang disusun oleh sendiri peneliti. Uji validitas skala keputusan prokratinasi akademik dilakukan kepada 63 responden dengan hasil 52 dari 70 item valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,943. Lebih lanjut, uji panduan eksperimen dilakukan kepada beberapa dosen penilai untuk menilai kelayakan panduan eksperimen. Para dosen

memberikan persetujuan yang tinggi terhadap kelayakan panduan dan protokol eksperimen konseling KBRS untuk mereduksi perilaku prokratinasi akademik siswa.

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah uji statistik nonparametrik karena data yang digunakan berdistribusi tidak normal dengan asumsi responden kurang dari 30 orang ($n < 30$), yakni berjumlah lima siswa yang menjadi subjek penelitian. Menurut (Sugiyono, 2011) uji statistika inferensial nonparametrik merupakan uji statistik yang tidak menguji parameter populasi tetapi menguji distribusi yang tidak menuntut terpenuhinya banyaknya asumsi. Uji statistik nonparametrik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test dengan bantuan software SPSS versi 25.0 yang dioperasikan dengan *Windows Operating System*. Uji non parametrik yang tidak mensyaratkan distribusi data normal yang bertujuan untuk menjawab hipotesis penelitian apakah ada perbedaan keputusan prokratinasi akademik antara sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen.

Hasil

Berdasarkan hasil penjarangan terhadap 32 siswa kelas VII F SMP Negeri 15 Malang menggunakan skala keputusan prokratinasi akademik diperoleh lima siswa yang memiliki keputusan prokratinasi akademik dengan kategori tinggi yang akan dijadikan sebagai subjek penelitian. Adapun siswa yang terlibat dalam penelitian ini dengan inisial nama AAY, DCS, DRU, MRNA, dan NAAI. Lima siswa tersebut diberikan *treatment* berupa konseling KRBS dengan teknik pertanyaan berskala dalam pertimbangan nilai selama empat kali pertemuan. Setelah itu dilakukan *posttest* untuk mengetahui keberhasilan *treatment* yang diberikan. Berikut adalah hasil perbedaan *pretest-posttest* yang diperoleh oleh siswa.



Gambar 1. Perbedaan Skor Pretest-Posttest Siswa dalam Konseling Ringkas Berbasis Solusi

Sedangkan untuk pengujian hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Tests* didapatkan nilai *Asymp Sig. (2-tailed)* sebesar 0,042 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut $< 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan hal tersebut menjelaskan bahwa ada perbedaan frekuensi antara sebelum dan sesudah pemberian *treatment* dengan teknik pertanyaan berskala dalam pertimbangan nilai konseling ringkas berfokus solusi. Uji tersebut juga menunjukkan ada penurunan tingkat keputusan prokratinasi akademik siswa sebelum dan sesudah pemberian *treatment*.

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa keputusan prokrastinasi akademik siswa SMP menurun melalui KRBS dengan teknik pertanyaan berskala. Pemberian KRBS yang dilakukan dengan teknik pertanyaan berskala dalam pertimbangan nilai diri menunjukkan bahwa nilai-nilai yang ada dalam diri siswa merupakan faktor yang cukup berpengaruh dalam keputusan untuk prokrastinasi akademik. Penurunan skor keputusan prokrastinasi akademik sesudah diberikan perlakuan dengan KRBS cenderung signifikan. Temuan penelitian ini juga relevan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh [Franklin, Biever, Moore, Clemons, and Scamardo \(2001\)](#) yang mengatakan bahwa 71% kasus perilaku siswa SMP mengalami kemajuan ketika menggunakan teknik pertanyaan berskala sebagai bagian dari pendekatan konseling ringkas berfokus solusi. Temuan lain yang dilakukan oleh [Springer, Lynch, and Rubin \(2000\)](#) menyebutkan bahwa penerapan KRBS dengan pertanyaan berskala memberikan efek terhadap kelompok untuk saling membantu satu sama lain bagi anak-anak Hispanik yang orangtuanya dipenjarakan. Lebih lanjut, para guru melaporkan bahwa partisipan SMP berkurang *presenting concerns* mereka sampai di bawah kriteria signifikansi klinis baik untuk *internalizing problems* (*effect size* [ES]=1,40) dan *externalizing problems* (ES=0,61). Pada saat yang sama, laporan diri partisipan remaja menghasilkan ES 0,86 untuk *externalizing problems*, tetapi tidak tercatat adanya perbedaan pada laporan diri remaja untuk *internalizing problems* (ES=0,08).

Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan bahwa berbagai masalah dapat ditangani dengan KRBS dengan pertanyaan berskala. Hal ini menunjukkan bahwa KRBS dengan teknik pertanyaan berskala dapat digunakan di berbagai macam situasi; khususnya untuk mereduksi prokrastinasi akademik siswa SMP sebagaimana temuan dalam penelitian ini. [De Jong and Miller \(1995\)](#) menyebutkan bahwa ada beberapa contoh situasi yang dapat diterapkan pertanyaan berskala, yaitu asesmen kemajuan ke arah solusi, keyakinan tentang menemukan solusi, motivasi, berat-ringannya permasalahan, kemungkinan untuk menyakitinya diri sendiri atau orang lain, dan penanganan masalah *self-esteem*.

Penelitian ini melibatkan empat nilai siswa sebagai target dalam mereduksi keputusan prokrastinasi akademik, diantaranya nilai kedisiplinan, nilai tanggung jawab, nilai kebutuhan, dan nilai kesadaran diri. Pertimbangan nilai dijadikan objek kajian dalam proses KRBS untuk mereduksi suatu perilaku karena setiap individu dalam berperilaku selalu mendasarkan perilaku dengan nilai-nilai yang dipahaminya. [Mulyana \(2004\)](#) menyatakan bahwa nilai merupakan rujukan dan keyakinan dalam menentukan pilihan. Nilai merupakan sumber yang mendasari individu dalam menentukan tindakan atau perilaku yang diinginkan. Dalam kaitannya dengan pertimbangan nilai, dapat dikatakan bahwa seseorang ketika berperilaku atau mengambil sebuah tindakan, selalu didasari dengan pertimbangan-pertimbangan sebelumnya terhadap nilai yang dianut dan dipahami. Pertimbangan nilai itu menyangkut benar dan salah, baik dan buruk, atau pantas dan tidak pantas sesuai dengan nilai yang ada dalam diri individu. Perubahan skala nilai individu dapat berpengaruh terhadap perubahan prokrastinasi. Nilai adalah patokan individu untuk berperilaku, jadi ketika skala nilai itu berubah, maka perilaku yang dihasilkan dari pemahaman nilai itu juga akan berubah. Sehingga, ketika nilai yang dipahami oleh individu dalam melakukan prokrastinasi itu berubah, naik atau turun, maka perilaku prokrastinasi yang ditunjukkan individu juga akan ikut berubah.

Penelitian ini telah mengkonfirmasi bahwa implementasi KRBS dengan teknik pertanyaan berskala dapat mereduksi perilaku prokrastinasi siswa di SMP. Meskipun demikian, penulis mendorong penelitian serupa dengan karakteristik siswa yang lebih beragam; misalnya, pada tingkat pendidikan, atau berdasarkan jenis kelamin tertentu. Hal ini mengingat subjek penelitian ini masih kecil dan hanya dilakukan pada satu sekolah saja, yaitu siswa kelas VII F di SMP Negeri 15 Malang. Lebih lanjut, penulis juga mendorong penajaman terhadap metode dan/atau protokol eksperimen untuk pengujian KRBS dengan teknik pertanyaan berskala.

Simpulan

Berdasarkan temuan-temuan dalam hasil penelitian dan pembahasan maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat perbedaan tingkat keputusan prokrastinasi akademik sebelum dan sesudah pemberian *treatment* berupa konseling ringkas berfokus solusi dengan teknik pertanyaan berskala dalam pertimbangan nilai. Data hasil analisis Uji Wilcoxon Signed Ranks menunjukkan bahwa terdapat penurunan keputusan prokrastinasi akademik siswa SMP yang dibuktikan melalui skor keputusan prokrastinasi akademik siswa pada *posttest*.

Konseling ringkas berfokus solusi dengan teknik pertanyaan berskala, dapat dijadikan salah satu alternatif yang dapat ditempuh oleh guru BK/Konselor di sekolah untuk membantu para siswa keluar dari persoalan prokrastinasi akademik.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak SMP Negeri 15 Malang atas kerjasama yang baik selama proses penelitian ini dilakukan.

References

- Bezanson, B. J. (2004). The application of solution-focused work in employment counseling. *Journal of Employment Counseling*, 41(4), 183-191.
- Birdsall, B. A., & Miller, L. D. (2002). Brief counseling in the schools: A solution-focused approach for school counselors. *Counseling and Human Development*, 35(2), 1.
- Corey, G. (2009). Theories and practice of counseling and psychotherapy. *Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole*.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research: planning, Conducting, and Evaluating*. USA: Pearson Inc.
- De Jong, P., & Miller, S. D. (1995). How to interview for client strengths. *Social work*, 40(6), 729-736.
- De Shazer, S., & Dolan, Y. (2012). *More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy*. USA: Routledge.
- Detert, J. R., Treviño, L. K., & Sweitzer, V. L. (2008). Moral Disengagement in Ethical Decision Making: A Study of Antecedents and Outcomes. *Journal of Applied Psychology*, 93(2), 374-391. doi:10.1037/0021-9010.93.2.374
- Forsyth, D. R., & Berger, R. E. (1982). The effects of ethical ideology on moral behavior. *Journal of Social Psychology*, 117(1), 53-56. doi:10.1080/00224545.1982.9713406
- Franklin, C., Biever, J., Moore, K., Clemons, D., & Scamardo, M. (2001). The effectiveness of solution-focused therapy with children in a school setting. *Research on Social Work Practice*, 11(4), 411-434.
- Franklin, C., Moore, K., & Hopson, L. (2008). Effectiveness of solution-focused brief therapy in a school setting. *Children & Schools*, 30(1), 15-26.
- Ghufron, M. N., & Walgito, B. (2003). *Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap Penerapan disiplin orangtua dengan Prokrastinasi akademik*. (Magister), Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Haidt, J. (2007). The new synthesis in moral psychology. *Science*, 316(5827), 998-1002. doi:10.1126/science.1137651

- Hidayah, N., & Triyono, T. (2014). *Panduan Pelatihan Konseling Dengan Tema Aplikasi Konseling Ringkas Berfokus Solusi Untuk Layanan Responsif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Guidance and Counseling. Universitas Negeri Malang. Malang.
- Höcker, A., Engberding, M., Beißner, J., & Rist, F. (2008). Evaluation of a cognitive-behavioural intervention for procrastination. *Verhaltenstherapie, 18*(4), 223-229. doi:10.1159/000167857
- Jackson, P. Z., & McKergow, M. (2002). *The Solution Focus: The SIMPLE Way to Positive Change*. London: Nicholas Brealey Publishing.
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology, 33*(4), 915-931. doi:10.1016/j.cedpsych.2007.07.001
- Lewis, T. F., & Osborn, C. J. (2004). Solution-focused counseling and motivational interviewing: A consideration of confluence. *Journal of Counseling & Development, 82*(1), 38-48.
- Littrell, J. M., & Vander Wood, M. (1995). Single-Session Brief Counseling in a High School. *Journal of Counseling & Development, 73*(4), 451-458. doi:10.1002/j.1556-6676.1995.tb01779.x
- Lodico, M. G., Spaulding, D. T., & Voegtle, K. H. (2010). *Methods in educational research: From theory to practice* (Vol. 28). USA: John Wiley & Sons.
- Lukas, C. A., & Berking, M. (2018). Reducing procrastination using a smartphone-based treatment program: A randomized controlled pilot study. *Internet Interventions, 12*, 83-90. doi:10.1016/j.invent.2017.07.002
- Mostert, D. L., Johnson, E., & Mostert, M. P. (1997). The utility of solution-focused, brief counseling in schools: Potential from an initial study. *Professional School Counseling, 1*(1), 21-24.
- Mulyana, M. (2004). *Mengartikulasikan Pendidikan Nilai*. Bandung: Alfabeta.
- Newsome, W. S. (2004). Solution-focused brief therapy groupwork with at-risk junior high school students: Enhancing the bottom line. *Research on Social Work Practice, 14*(5), 336-343.
- Perry, W. (2010). *Dasar-Dasar Teknik Konseling (Edisi Kedua)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ratner, H., George, E., & Iveson, C. (2012). *Solution focused brief therapy*. London: Routledge.
- Rothblum, E. D., Solomon, L. J., & Murakami, J. (1986). Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology, 33*(4), 387-394. doi:10.1037/0022-0167.33.4.387
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the things we do: A grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology, 99*(1), 12-25. doi:10.1037/0022-0663.99.1.12
- Setiadi, E. M., & Kolip, U. (2011). *Pengantar Sosiologi Pemahaman Fakta dan Gejala Permasalahan Sosial: Teori Aplikasi, dan Pemecahannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sklare, G. B. (1997). *Brief Counseling That Works: A Solution-Focused Approach for School Counselors. Practical Skills for Counselors*. USA: ERIC.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4), 503-509. doi:10.1037/0022-0167.31.4.503
- Springer, D. W., Lynch, C., & Rubin, A. (2000). Effects of a solution-focused mutual aid group for Hispanic children of incarcerated parents. *Child and Adolescent Social Work Journal, 17*(6), 431-442.

- Sugiyono, S. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* Bandung: CV Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2005). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Thompson, R., & Littrell, J. M. (1998). Brief counseling for students with learning disabilities. *Professional School Counseling, 2*(1), 60.
- Watts, R. E., & Pietrzak, D. (2000). Adlerian "encouragement" and the therapeutic process of solution-focused brief therapy. *Journal of Counseling and Development, 78*(4), 442-447. doi:10.1002/j.1556-6676.2000.tb01927.x
- Wettersten, K. B., Lichtenberg, J. W., & Mallinckrodt, B. (2005). Associations between working alliance and outcome in Solution-Focused Brief Therapy and brief interpersonal therapy. *Psychotherapy Research, 15*(1-2), 35-43. doi:10.1080/10503300512331327029
- Wolters, C. A. (2003). Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. *Journal of Educational Psychology, 95*(1), 179-187. doi:10.1037/0022-0663.95.1.179