

PENGEMBANGAN SELF HELP BOOK UNTUK PEMAHAMAN SISWA TENTANG PROKRASTINASI AKADEMIK

Nurfadilah*¹, Rochani², dan Raudah Zaimah Dalimunthe³

¹²³Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Banten,
Indonesia

* Corresponding Author: nfdilah733@gmail.com

Abstrak

Salah satu upaya untuk memberikan pemahaman mengenai prokrastinasi akademik kepada siswa yaitu dengan mengembangkan media informasi yang berinovasi, efektif, dan efisien. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan sebuah media informasi yaitu *e-book* dengan judul "*Self Help Book Prokrastinasi Akademik*" yang layak dan dapat memberikan pemahaman kepada siswa tentang prokrastinasi akademik. *E-book* ini dirancang untuk menjadi media informasi dan dapat dipelajari khususnya bagi siswa yang memiliki permasalahan belajar, serta memfasilitasi guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan bimbingan maupun konseling kepada siswa. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode penelitian dan pengembangan (*R&D*) dengan model ADDIE yang memiliki 5 tahapan yaitu (analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi). Teknik pengumpulan data yang dilakukan yaitu dengan uji validasi produk kepada ahli media materi, ahli bahasa dan juga ahli praktisi. Adapun teknik analisis data statistik yang digunakan pada uji kelayakan produk yaitu *simple random sampling* yang disajikan untuk pengambilan sampel penelitian. Hasil uji kelayakan produk yang dilakukan ahli mencapai hasil rata-rata 85% termasuk dalam kategori layak dipakai dan dapat diimplementasikan kepada siswa.

Kata Kunci: *Self, Help, Book, Prokrastinasi, akademik.*

Abstract

One effort to provide students with an understanding of academic procrastination is by developing innovative, effective and efficient information media. This research aims to develop an information media, namely an e-book with the title "Self Help Book Academic Procrastination" which is feasible and can provide students with an understanding of academic procrastination. This e-book is designed to be an information medium and can be studied, especially for students who have learning problems, as well as facilitating guidance and counseling teachers in providing guidance and counseling services to students. The method used in this research is the research and development (R&D) method with the ADDIE model which has 5 stages, namely (analysis, design, development, implementation and evaluation). The data collection technique used was product validation testing with material media experts, language experts and also practitioner experts. The statistical data analysis technique used in product feasibility testing is simple random sampling which is used for research sampling. The results of the product feasibility test carried out by experts reached an average of 85%, including it in the category of fit for use and can be implemented by students.

Keywords: *Self, Help, Book, Procrastination, Academic*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa. Proses dalam pendidikan ini juga terdapat kesadaran siswa untuk mengerti apapun yang dibutuhkan oleh dirinya sendiri dan juga di lingkungan sekitar. Sehingga pada pendidikan siswa dapat memahami segala pengetahuan serta informasi dan mengimplementasikan keterampilan-keterampilan yang akan digunakan dikehidupan

sehari-hari. Menurut (Sianturi, et al., 2020) pendidikan merupakan cara yang bisa dilakukan secara sadar dengan tujuan untuk mewujudkan kecerdasan siswa yang berakhlak mulia dan berguna bagi bangsa dan negara. Di dalam pendidikan juga tidak terlepas dengan adanya suatu permasalahan belajar yang dialami oleh siswa, dan sering terjadi pada tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) atau SMK (Sekolah Menengah Kejuruan).

Fenomena ini terjadi pada siswa terutama tingkat SMA/SMK yang memiliki perilaku menunda dalam mengerjakan tugas belajar. Banyak siswa yang memilih menghabiskan waktu untuk bermain, menonton televisi, bermain *game online* dibandingkan dengan mengerjakan tugas akademiknya. Hambatan ini salah satunya didasarkan oleh faktor kebiasaan dalam menunda pekerjaan terutama pada bidang akademik yang biasa dikenal dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik dapat diartikan sebagai suatu kecenderungan penundaan tugas yang diberikan oleh sekolah maupun guru. Selanjutnya ada beberapa indikator yang dapat dikategorikan di antaranya seperti: (1) Penundaan ketika mulai dan selesai untuk mengerjakan tugas, (2) Adanya keterlambatan ketika mengumpulkan tugas, (3) Kurang mengatur waktu antara rencana dan kinerja ketika mengerjakan tugas, (4) Lebih mementingkan untuk melakukan aktivitas lain yang menyenangkan diluar tugas formal. Ferrari, Jhonson, dan McCown (Yenadi, 2019: 21-22).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan melalui penyebaran angket DCM (Daftar Cek Masalah) dengan *google form* di SMK Negeri 1 Pandeglang pada kelas X, terdapat 39 siswa yang telah mengisi dan menunjukkan bahwa 46.54% siswa mengalami permasalahan di bidang belajar. Dan melalui hasil grafik tersebut topik permasalahan yang paling besar terdapat di bidang kebiasaan belajar dengan total jumlah 20.13%. Kemudian peneliti melakukan obrolan santai dengan guru BK setempat yang membahas terkait masalah belajar siswa bahwa memang benar siswa dengan nilai rendah memiliki kebiasaan yang kurang baik misalnya terlambat masuk kelas, terlambat mengumpulkan tugas, sering menunda-nunda tugas yang diberikan guru, dan juga tidak sedikit siswa yang mengerjakan tugas di waktu *deadline* atau dijam pengumpulan tugas, sehingga membuat siswa kurang optimal dalam menyelesaikan tugas belajarnya. Jika hal ini terus dilakukan maka akan tumbuh dampak negatif terhadap siswa dan menimbulkan kebiasaan buruk terhadap akademiknya. Maka dari itu penting adanya suatu pemahaman terkait perilaku prokrastinasi akademik bagi siswa.

Untuk memberikan suatu pemahaman tentang perilaku prokrastinasi akademik siswa remaja terutama pada tingkat SMA/SMK, diperlukan suatu inovasi yang menggunakan dan memanfaatkan teknologi salah satunya melalui media *e-book*. Yang memuat dengan berbagai informasi tentang prokrastinasi akademik di dalamnya. Menurut Landoni (Arimbi dan Pramesti, 2020:508) *e-book* merupakan sebuah buku digital yang dapat mempermudah pembaca secara terorganisir dengan media informasi yang terstruktur. Maka dari itu peneliti menarik beberapa permasalahan yaitu, bagaimana pemahaman siswa terhadap prokrastinasi akademik, bagaimana pengembangan *self help book* terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa, bagaimana kelayakan *self help book* dalam memberikan pemahaman tentang prokrastinasi akademik siswa. Berdasarkan pada masalah yang telah dirumuskan, maka terdapat beberapa tujuan dalam penelitian ini yaitu; untuk melihat gambaran terkait pemahaman siswa terhadap perilaku prokrastinasi akademik, mengembangkan produk *self help book* untuk pemahaman siswa tentang prokrastinasi akademik, untuk melihat kelayakan dari produk *self help book* dalam memberikan pemahaman kepada siswa tentang prokrastinasi akademik.

Ada beberapa manfaat yang dihasilkan pada penelitian pengembangan ini yaitu: manfaat teoritis yaitu hasil dari penelitian pengembangan ini diharapkan untuk memberikan masukan pengetahuan, memberi informasi serta mengembangkan *e-book*

"Self Help Book" terutama di bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling khususnya terhadap permasalahan Prokrastinasi Akademik siswa. Sedangkan manfaat secara praktis yaitu, bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling dapat bermanfaat untuk mengembangkan *e-book* serta mendapatkan informasi terkait permasalahan prokrastinasi akademik. Manfaat untuk Guru Bimbingan Konseling, yaitu sebagai bahan ajar dan referensi yang digunakan kepada siswa untuk memberikan informasi mengenai prokrastinasi akademik. Dan manfaat terhadap siswa yaitu sebagai pengguna *self help book* yang bermanfaat untuk mendapatkan informasi dan memberikan pemahaman tentang prokrastinasi akademik.

Istilah Prokrastinasi berasal dari bahasa latin ialah *procrastinus* yang artinya *pro* yaitu maju, bergerak ke depan, dan *crastinus* yaitu hari selanjutnya. Jadi dapat diartikan prokrastinasi adalah menunda dikemudian hari, atau melakukan pekerjaan dikemudian hari (Lesmana, 2022:173). Maka dapat diartikan prokrastinasi akademik merupakan suatu kesengajaan dalam menunda tugas belajar, penundaan yang menjadi suatu kebiasaan yang dilakukan oleh siswa. Sementara Ferrari (Hendrawan dan Sulastra, 2022:142) menjelaskan bahwa Prokrastinasi adalah kecenderungan seseorang untuk menunda menyelesaikan tugas akademiknya, dan dapat menimbulkan rasa cemas yang mengganggu. Ketika seseorang memiliki kecenderungan untuk menunda menyelesaikan tugas akademik, baik seluruhnya atau hampir seluruhnya, hal itu menyebabkan mereka merasakan kecemasan yang meresahkan.

Prokrastinasi akademik dapat dipandang dengan beberapa batasan menurut Ferrari, et al., (Yenadi, 2019:15) seperti: 1) Prokrastinasi hanya sebagai perilaku menunda pekerjaan, yang artinya setiap aktivitas perbuatan yang menunda untuk mengerjakan tugas tertentu bisa dikatakan sebagai prokrastinasi, dengan tidak melibatkan tujuan ataupun alasannya. 2) Prokrastinasi menjadi suatu kebiasaan buruk yang dilakukan oleh siswa, perilaku ini dapat mengarahkan pada *trait*, penundaan dalam hal ini sudah menjadi kebiasaan tetap yang disertai dengan adanya keyakinan-keyakinan individu secara irasional. 3) Prokrastinasi ini sebagai suatu *trait* kepribadian, artinya dalam hal ini prokrastinasi tidak hanya menjadi suatu perilaku penundaan saja tetapi juga adanya keterlibatan dari beberapa komponen perilaku ataupun secara struktural lain yang saling terkait dan dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

E-book (electronic book) merupakan sebuah buku digital berupa gambar, teks, maupun audio dan di publikasikan yang dapat dibaca melalui perangkat elektronik seperti komputer, *smartphone*, dan perangkat lainnya (Mentari, Sumpono, & Ruyani, 2018:131), Maka dapat disimpulkan bahwa *e-book* adalah buku digital yang dapat diakses melalui internet dan digunakan dengan mudah oleh pembaca melalui berbagai perangkat elektronik.

METODE PENELITIAN

Penelitian merupakan suatu proses kegiatan untuk mengumpulkan data dan mencari informasi terhadap suatu persoalan untuk dapat menyelesaikan masalah secara ilmiah. Menurut Richey dan Kelin (Sugiyono, 2019). pengembangan penelitian merupakan suatu pengkajian yang dilakukan secara sistematis mengenai cara untuk merencanakan dalam membuat suatu produk, kemudian memproduksi ataupun mengembangkan dari rancangan tersebut, lalu adanya evaluasi kinerja dari rancangan terhadap produk tersebut, dengan adanya tujuan untuk mendapatkan hasil data secara empiris dan sistematis yang kemudian dapat digunakan dengan tujuan membuat suatu produk, seperti alat ataupun model yang dapat diterapkan didalam pembelajaran maupun diluar pembelajaran.

Metode *Research and Development* atau penelitian dan pengembangan berasal dari dua kata yaitu *Research* (Penelitian) adalah suatu mekanisme atau kegiatan ilmiah dengan mengikuti aturan atau norma-norma penelitian yang sudah diakui secara universal, dan

Development (Pengembangan) artinya suatu aktivitas yang merujuk pada penambahan, peningkatan, baik dari segi kuantitas maupun kualitas dari suatu kegiatan atau objek yang menjadi kegiatan (Zakariyah, et al., 2020:78) Oleh karena itu, R&D selalu tegas dibedakan dari penelitian murni/dasar walaupun tentu saja tidak dapat dipisahkan dari penelitian murni/dasar, bahkan sering kali R&D di dasarkan pada penelitian murni/dasar.

Model yang digunakan pada penelitian pengembangan ini yaitu “Model ADDIE”. Merupakan system dari komponen utama pendekatan pengembangan pembelajaran, dan prosedur pengembangan dalam pembelajaran. Menurut Sezer (Riyanto & Sugianti, 2020). Model ADDIE merupakan suatu pendekatan yang menekankan suatu analisa bagaimana setiap komponen yang dimiliki saling berinteraksi satu dengan lainnya yang berkordinasi sesuai fase yang ada. Menurut Branch (Hidayat & Nizar, 2021) umumnya terdapat 5 (lima) tahapan model ADDIE sebagai desain sistem pembelajaran yaitu, *analyze, design, develop, implement, evaluate*, pada tahapan tersebut dilaksanakan secara prosedural.

Berikut ini model ADDIE secara prosedural; (1) *Analyze*: Konsep, mengidentifikasi kemungkinan penyebab perilaku prokrastinasi akademik siswa. Prosedur, melakukan observasi dan diskusi dengan guru BK di SMK Negeri 1 Pandeglang, melakukan *need assessment* berupa DCM (Daftar Cek Masalah), mengidentifikasi sumber-sumber untuk menyusun rencana. (2) *Design*: Konsep, menyusun rancangan pengembangan produk *e-book* dengan judul *Self Help Book* prokrastinasi akademik. Prosedur, membuat materi terkait prokrastinasi akademik, dan tampilan desain pada *e-book*. (3) *Develop*: Konsep, menghasilkan dan memvalidasi *e-book*. Prosedur, dapat menghasilkan konten, mengembangkan media pendukung, mengembangkan *e-book* untuk siswa dan guru, melakukan revisi dan uji kelayakan. (4) *Implement*: Konsep, menyiapkan lingkungan belajar dan melibatkan siswa. Prosedur, menyiapkan pendidik dan peserta didik (sebelum melakukan pembelajaran), dan pengimplementasian produk sesuai rencana. (5) *Evaluate*: Konsep, mengukur kualitas produk dari sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan. Prosedur, menentukan kriteria evaluasi, memilih alat evaluasi, dan melakukan evaluasi.

Populasi merupakan keseluruhan nilai dari hasil penghitungan atau pengukuran kualitatif maupun kuantitatif terhadap karakteristik tertentu mengenai objek yang lengkap dan jelas (Lesmana, 2021:3). Populasi ini bermakna terhadap elemen-elemen yang diperoleh yaitu dapat berupa individu dari keluarga, sekolah, kelas, ataupun kelompok-kelompok sosial lainnya. Dapat dikatakan populasi adalah kumpulan dari beberapa elemen. Penelitian ini diambil populasi dari kelas XI SMK Negeri 1 Pandeglang dengan jumlah 452 siswa.

Secara sederhana sampel dapat dikatakan sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut. Menurut Rengganis, et al. (2022) sampel merupakan bagian atau perwakilan dari populasi yang diteliti. Teknis pengambilan sampel dilakukan dengan 2 (dua) cara yaitu menggunakan teknik *probability sampling* dan *nonprobability sampling*. Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* adalah cara pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama kepada anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Strategi yang digunakan pada teknik ini yaitu *simple random sampling*, dikatakan *Simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Salah satu metode yang digunakan untuk menentukan sampel menggunakan rumus Slovin yaitu sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

$$n = \frac{452}{1 + (452 (0,05))^2}$$

$$n = \frac{452}{1+(452 \times 0,0025)} \quad n = \frac{452}{1+1,13} \quad n = \frac{452}{2,13}$$

$$n = 212,20$$

Maka dari hasil perhitungan menggunakan rumus slovin, dapat diketahui penelitian ini membutuhkan sampel sebanyak 212 siswa.

Instrumen penelitian merupakan alat untuk mengukur atau menganalisis adanya data dalam suatu permasalahan Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk menganalisis data, mengumpulkan data, serta mengukur peristiwa pada suatu masalah dan sesuai pada objek atau sampel yang telah diamati (Kurniawan, 2021). Angket merupakan pengumpulan data yang berisikan pertanyaan atau pernyataan secara tertulis untuk memperoleh informasi tentang suatu masalah. Penggunaan angket dalam instrumen penelitian ini sebagai bentuk pengukuran terhadap data secara akurat. Angket pada penelitian ini menggunakan skala *likert*, untuk pengukuran yang akan dibuat pernyataan dan dijawab oleh siswa sebagai responden. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala *likert* mempunyai gradasi dari selalu, sering, jarang, dan tidak pernah. Teknik analisis data yang diterapkan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah dengan cara mengumpulkan data melalui instrument-instrumen pengumpulan data, kemudian dianalisis dengan mengacu pada prosedur penelitian dan pengembangan. Analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif

Uji Validitas Penelitian

Menurut Sugiyono (2019), untuk menguji validitas konstruksi dapat digunakan oleh pendapat ahli (*judgement expert*). Dalam hal ini instrumen di konstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan kepada ahli atau *judger*. Pelaksanaan *judgement* yang dilakukan peneliti dengan membuat intrumen tersebut akan mendapat tanggapan dari ahli seperti saran dalam pemilihan kata yang tepat, mengkoreksi tiap butir atau item yang dianggap valid dan tidak valid dalam instrumen. *Judger* ahli yang melakukan uji validitas konstruk yaitu Ibu Lenny Wahyuningsih, M.Pd.

Sugiyono (2019), berpendapat bahwa pengujian validitas isi dilakukan dengan cara membandingkan antara isi yang ada dalam instrumen dengan rancangan yang sudah ditetapkan. Validitas isi merupakan dasar dari pengukuran dalam instrumen hal ini lebih menekankan pada kepastian atau validitas yang telah disusun kemudian dikaitkan dengan domain yang telah diukur. Uji validitas isi ini bertujuan untuk mengungkapkan permasalahan prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 1 Pandeglang. Uji validitas dianalisis dan dihitung dengan menggunakan *Microsoft excel* yaitu *scale reliability*, cara ini dapat menampilkan hasil valid dan tidak validnya pernyataan instrumen tersebut maka ada beberapa item yang dinyatakan gugur. Dalam pengambilan keputusan pada uji validitas menggunakan *pearson product moment* yaitu jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka item pernyataan instrumen dinyatakan valid, dan sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka item pernyataan tersebut dapat dinyatakan tidak valid. Kemudian hasil yang didapatkan pada uji validitas ini yaitu $N = 31$ maka r_{tabel} yang digunakan yakni 0,355.

Uji Reliabilitas Penelitian

Reliabilitas merupakan hasil pengukuran yang digunakan bersifat tetap dan terpercaya. Maka uji reliabilitas untuk mengetahui data yang dihasilkan dapat diandalkan dan terpercaya. Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan perhitungan *Cronbach Alpha*. Hasil dari perhitungan reliabilitas menggunakan *Microsoft excel* pada 39 butir pernyataan, didapatkan nilai r_{hitung} sebesar 0.9251 dengan klasifikasi interpretasi sangat tinggi. Maka instrumen tersebut menghasilkan skor dari setiap butir pernyataan yang secara konsisten dan layak untuk dipakai penelitian.

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas

Reliabilitas	
Varians	0.557
Jumlah Varians	43.802
Varians Total	456.51
Reliabilitas	0.9251

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji kelayakan dilakukan oleh seorang ahli yang menguji dan memberikan masukan ataupun perbaikan terhadap produk tersebut dengan metode kualitatif dan kuantitatif. Uji kelayakan ini menggunakan lembar instrumen penilaian terhadap produk yang dibuat peneliti yang kemudian dinilai oleh ahli sesuai dengan produk yang dibuat peneliti yaitu *e-book* dengan judul *self help book* prokrastinasi akademik. Adapun hasil dari rata-rata pada uji kelayakan dapat ditinjau pada data berikut.

Tabel 2 Hasil Uji Kelayakan Ahli Metode Kualitatif

Nama Ahli	Saran dan Masukan
Meilla Dwi Nurmalia, S.Psi., M.Pd (Ahli Media Materi)	Sudah cukup, dan dapat dilanjutkan.
Ade Anggraini Kartika Devi, M.Pd. (Ahli Bahasa)	Perbaiki sesuai arahan, cek EYD VI
Ita Nafilah, S.Psi (Ahli Praktisi)	Tampilan dan materi sudah bagus, tetapi terdapat penulisan kata yang <i>typo</i> .

Tabel 3. Hasil Uji Kelayakan Ahli Metode Kuantitatif

No	Aspek Penilaian	Skor Penilaian	Kategori
1.	Media dan Materi	78%	Layak
2.	Bahasa	90%	Sangat Layak
3.	Praktisi	87%	Sangat Layak
Total		85%	Sangat Layak

Uji coba produk dilaksanakan dengan tata cara yang hampir sama ketika melakukan uji validasi. Pelaksanaan ini dilakukan setelah tahap implementasi atau memberikan layanan bimbingan konseling. Kemudian responden diberikan lembar angket yang berisi 15 butir pernyataan mengenai produk yang telah di buat oleh peneliti. Adapun hasil uji coba produk dapat dilihat dari data berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Kelayakan Produk

No	Aspek Penilaian	X	Xi	(%)	Kategori
1	Kelayakan penyajian	202	220	91.81%	(Sangat Layak)
2	Kelayakan isi	202	220	91.81%	(Sangat Layak)
3	Kelayakan bahasa	197	220	89.54%	(Sangat Layak)
Total		601	660	91.06%	(Sangat Layak)

Berdasarkan data pada tabel 4.10 penilaian uji coba produk dibagi menjadi 3 aspek

yakni kelayakan penyajian, isi, dan bahasa. Pada aspek penyajian dalam produk mencapai nilai presentase 91,81% dengan kategori sangat layak, kemudian pada aspek isi sama halnya dengan aspek penyajian yakni memperoleh presentase 91,81% termasuk kategori sangat layak. Sementara untuk aspek bahasa dari uji coba produk yaitu mencapai 89,54% dan termasuk pada kategori sangat layak. Maka secara keseluruhan dari uji coba produk awal mencapai pada skor 601 dari 660 dengan perolehan presentase 91,06% termasuk dalam kategorik sangat layak.

Pembahasan

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan atau *research dan development (R&D)*, produk yang dihasilkan peneliti adalah *e-book* dengan judul *self help book* prokrastinasi akademik. Pengembangan produk pada penelitian ini menggunakan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation*). Alasan peneliti menggunakan model ADDIE yaitu karena proses model ini mudah dipahami oleh peneliti dan lebih unggul ketika mengembangkan produk, dengan tahapannya yang sistematis dan terstruktur dapat menghasilkan produk yang valid. Tujuan dari penyusunan *e-book* salah satunya adalah menjadi bahan ajar sesuai dengan kebutuhan siswa, materi ajar, maupun karakteristik siswa. Maka dibuatnya produk ini diharapkan dapat bermanfaat untuk siswa agar lebih memahami tentang perilaku prokrastinasi akademik atau menunda-nunda belajar. Selain itu produk ini juga menjadi bahan media untuk memfasilitasi guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan pemberian layanan kepada siswa.

E-book (elektronik buku) merupakan sebuah buku dalam bentuk digital yang berbeda seperti buku secara fisik pada umumnya. Selain memuat teks dan gambar pada, *e-book* dapat menampilkan audio maupun video yang dapat diakses oleh pengguna. Buku digital atau *e-book* adalah suatu publikasi yang terdiri dari teks, gambar, suara maupun video yang dapat ditampilkan secara digital dan dapat dibaca dengan menggunakan komputer ataupun perangkat lainnya (Purwandari, 2020). Produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu berupa *e-book* atau buku digital dengan judul *self help book* prokrastinasi akademik, yang dikemas sebagai bahan ajar siswa untuk memahami perilaku menunda-nunda tugas.

E-book ini juga dapat digunakan sebagai media untuk memfasilitasi guru bimbingan dan konseling ketika memberikan layanan di sekolah terkait menunda tugas. Hal ini juga selaras dengan pendapatnya (Prabowo & Heriyanto, 2013)), bahwa *e-book* merupakan buku digital yang memudahkan siswa agar dapat membaca buku dengan ratusan halaman hanya dalam satu file. Selain itu manfaat *self help book* atau *e-book* ini juga bermanfaat untuk guru bimbingan dan konseling sebagai bahan referensi ketika melaksanakan layanan bimbingan maupun konseling kepada siswa khususnya mengenai masalah belajar yaitu prokrastinasi akademik. Produk telah diuji kelayakan yang dilakukan oleh para ahli validator dan praktisi. Pengembangan produk yang dihasilkan ini mengacu pada model pengembangan ADDIE dengan menggunakan metode 5 tahapan yaitu, *analysis, design, development, implementation, evaluation*).

a. Analysis

Tahapan pertama pada penelitian dan pengembangan dari *self help book* prokrastinasi akademik yaitu menganalisis permasalahan yang terdapat di sekolah untuk memperoleh data. Tahapan ini diawali dengan adanya suatu pertemuan di sekolah dengan melakukan diskusi bersama guru bimbingan dan konseling mengenai permasalahan siswa dan yang sering terjadi adalah masalah belajar. Kemudian peneliti mendapatkan informasi terkait keadaan siswa khususnya pada kelas XI di SMK Negeri 1 Pandeglang, bahwa siswa seringkali melakukan keterlambatan ketika mengumpulkan tugas, selain itu siswa juga melakukan bolos pada jam mata pelajaran berlangsung dan lebih memilih berkumpul di kantin ataupun bermain bola di lapangan. Hal ini karena

adanya laporan dari guru mata pelajaran dan juga diskusi bersama guru bimbingan konseling di SMK Negeri 1 Pandeglang bahwa siswa yang bolos pada jam kelas berlangsung merupakan siswa yang terlambat dalam mengumpulkan tugas maupun yang tidak mengerjakan tugas, pada akhirnya mereka tidak berani untuk masuk ke kelas. Berdasarkan pada keterangan tersebut siswa yang melakukan keterlambatan biasanya disebabkan karena perilaku menunda-nunda pekerjaan. Terkadang siswa juga kurang memahami dengan perilaku penundaan yang dilakukannya dapat merugikan dirinya sendiri terutama pada akademiknya.

Selain itu peneliti mencari tahu lebih dalam terkait masalah siswa dengan melakukan *need assessment* untuk melihat gambaran siswa tentang perilaku prokrastinasi akademik. Sehingga data yang diperoleh menyatakan bahwa siswa di SMK Negeri 1 Pandeglang masih banyak yang melakukan penundaan belajar atau prokrastinasi akademik dengan tingkat pemahaman yang rendah. Kemudian hasil dari analisis ini menjadi suatu inovasi bagi peneliti untuk membuat dan mengembangkan suatu produk sebagai media layanan informasi yang dapat memfasilitasi guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi masalah penundaan belajar serta dapat digunakan secara langsung dan efektif bagi siswa.

b. *Design*

Setelah menganalisis permasalahan yang ada di lapangan beserta pengumpulan data, maka pada tahap kedua yaitu merancang produk. Produk yang dirancang peneliti yaitu berupa *e-book* atau buku digital untuk memberikan pemahaman mengenai masalah prokrastinasi akademik bagi siswa. produk *e-book* ini berjudul *self help book* prokrastinasi akademik, yang berisi materi-materi tentang perilaku prokrastinasi akademik, kata-kata motivasi, berbagai cerita yang berkaitan dengan menunda belajar, serta terdapat video yang menggambarkan perilaku prokrastinasi akademik.

Desain *e-book* menggunakan aplikasi *canva pro* dengan tampilan yang menarik dari berbagai komposisi warna serta gambar-gambar pendukung untuk memudahkan pembaca dalam memahami materi, dan tidak merasa jenuh dalam menggunakannya. *E-book* ini juga dibantu dengan menggunakan aplikasi *heyzine flipbook* dengan tampilan yang lebih menarik dan efektif dalam penggunaannya.

c. *Development*

Tahapan ketiga yaitu pengembangan produk. Pada tahapan ini peneliti akan mengembangkan produk yang sudah rancang sebelumnya yaitu produk *e-book* dengan judul *self help book* prokrastinasi akademik. Produk yang sudah didesain selanjutnya akan dilakukan uji kelayakan ahli oleh validator dan praktisi. Adapun validator tersebut terdiri dari ahli media dan materi, bahasa, sedangkan uji kelayakan yang dilakukan praktisi yaitu dari guru bimbingan dan konseling SMK Negeri 1 Pandeglang. Adapun tampilan produk *self help book* prokrastinasi akademik sebagai berikut.



Gambar 1 Pengembangan Produk

praktisi. Untuk mengukur kelayakan yaitu menggunakan lembar penilaian dengan beberapa pernyataan yang ada dalam instrumen.

d. *Implementation*

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yaitu uji coba produk yang telah dikembangkan oleh peneliti. Produk yang dikembangkan merupakan produk hasil dari uji kelayakan oleh ahli dan telah direvisi dan kemudian dapat diuji cobakan ke lapangan. Tahap implementasi atau kegiatan uji coba ini dilakukan dengan uji coba terbatas pada siswa sebanyak 11 orang siswa dengan melakukan bimbingan kelompok dengan topik pembahasan yaitu prokrastinasi akademik. Setelah melaksanakan layanan bimbingan secara kelompok, selanjutnya siswa diberikan lembar penilaian terhadap produk yang digunakan pada saat melaksanakan bimbingan. Tujuan diberikannya lembar penilaian kepada siswa yaitu agar dapat mengetahui tanggapan siswa tentang kesesuaian produk yang dikembangkan oleh peneliti, dan dapat mengetahui pemahaman siswa mengenai prokrastinasi akademik yang sudah dipelajari dengan menggunakan *e-book*.

e. *Evaluation*

Tahap terakhir yaitu melakukan evaluasi pada media yang telah dikembangkan dan diuji cobakan secara langsung ke lapangan oleh peneliti. Proses evaluasi ini perlu dilakukan untuk mengetahui kekurangan dan kevalidan pada saat implementasi dilakukan. Evaluasi dilakukan untuk menganalisis kebutuhan siswa, kesesuaian desain pada produk, kevalidan produk hasil dari para ahli, dan hasil angket dari respon para siswa. Dan hasil akhir pada tahap evaluasi menunjukkan produk yang dikembangkan peneliti menjadi bahan ajar dalam bentuk *e-book* dengan judul *self help book* prokrastinasi akademik sangat layak dan dapat dipakai secara langsung.

Layak tidaknya sebuah produk untuk digunakan harus dilakukan pengujian oleh ahli yang disebut dengan uji kelayakan ahli. Uji kelayakan produk terhadap ahli media dan materi dilakukan oleh Ibu Meilla Dwi Nurmala, S.Psi.M.Pd. (Dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Sultan Ageng Tirtayasa), kemudian uji kelayakan ahli bahasa yaitu Ibu Ade Anggraini Kartika Devi, M.Pd. (Dosen Pendidikan Bahasa Indonesia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa), dan ahli praktisi yaitu Ibu Ita Nafilah, S.Psi (Guru Bimbingan dan Konseling SMK Negeri 1 Pandeglang).

Hasil dari uji kelayakan yang dilakukan oleh dua validator yaitu ahli media materi dan ahli bahasa serta satu ahli praktisi yang menjadikan produk sebagai tolak ukur pengembangan. Berdasarkan hasil uji kelayakan produk kevalidan pada *e-book* ini memperoleh hasil presentase yang sangat baik, yakni pada ahli media dan materi mencapai presentase 78% dengan kategori layak, kemudian ahli bahasa mencapai 90% dengan kategori sangat layak, dan pada ahli praktisi memperoleh presentase 87% dengan kategori sangat layak. Maka secara keseluruhan rata-rata dari uji kelayakan produk memperoleh presentase 85% dengan kategori sangat layak untuk digunakan.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan peneliti menghasilkan produk *e-book* yang berjudul *Self Help Book* Prokrastinasi Akademik. Tujuan *e-book* ini untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai prokrastinasi akademik atau menunda-nunda belajar. Dan menjadi sebuah referensi bagi guru bimbingan dan konseling untuk memberikan layanan yang efektif kepada siswa. Produk yang dikembangkan secara keseluruhan dikatakan layak dan dapat dipakai, artinya memenuhi kriteria penilaian dari segi media, materi, bahasa dan praktisi dengan kategori layak. Pengembangan *e-book* ini terdiri dari materi-materi tentang prokrastinasi akademik dan dilengkapi dengan lembar aktivitas siswa seperti lembar evaluasi maupun refleksi, selain itu juga disediakan lembar *self assessment* untuk mengetahui seberapa besar perilaku prokrastinasi akademik dari siswa. Hasil dari uji kelayakan produk dari segi media dan materi, uji bahasa, dan uji praktisi memperoleh rata-rata sebesar 85% dengan kategori sangat layak digunakan. Sangat disarankan bagi peneliti berikutnya untuk mengembangkan *e-book* menjadi lebih baik lagi, serta memperluas materi lebih dalam

sesuai dengan pembahasannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arimbi, a. p., & Pramesti, D. I. (2020). Pengembangan E-book "Zero Waste Lifestyle" Berbasis Islam Sains pada Materi Perubahan dan Pelestarian Lingkungan Hidup untuk Siswa Kelas X Madrasah Aliyah (MA). *Prosiding Integrasi Interkoneksi Islam Sains*, 02, 507-511.
- Hendrawan, S.T.A., & Sulastra, M. C. (2022). *Studi Komparasi Dimensi Parenting Style Terhadap Prokrastinasi Akademik SMA "X"*. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 137-146.
- Hidayat, F., & Nizar, M. (2021). Model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation and Evaluation) dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *JIPAI: Jurnal Inovasi Pendidikan Agama Islam*, 30.
- Kurniawan, H. (2021). *Pengantar Praktis Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Lesmana, G. (2022). *Bimbingan dan Konseling Belajar*. Jakarta: Kencana.
- Lesmana, G. (2021). *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*. Jakarta: Kencana.
- Mentari, D., Sumpono, & Ruyani, A. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran E-book Berdasarkan Hasil Riset Elektroforesis 2-d untuk Mengukur Kemampuan Berpikir Kreatif Mahasiswa. *Pendipa Journal of Science Education*, 131-134.
- Prabowo, A., & Heriyanto. (2013). Analisis Pemanfaatan Buku Elektronik (E-book) Oleh Pemustaka di Perpustakaan SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, 4.
- Purwandari, S. (2020). Pemanfaatan Aplikasi E-book Kurikulum 13 SMA dan SMK. *Jurnal Sainstech*, 60.
- Rayanto, Y. H. (2020). *Penelitian Pengembangan Model Addie dan R2D2: Teori & Praktek*. Pasuruan: Lembaga Academic & Research Institute.
- Rengganis, A., Haruna, N. H., Sari, A. C., Sitopu, J. W., Brata, D. P., Gurning, K., et al. (2022). *Penelitian dan Pengembangan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Riyanto, Y. H., & Sugianti. (2020). *Penelitian dan Pengembangan Model Addie dan R2D2*. Kota Pasuruan: Lembaga Academic & Research Institute.
- Sianturi, E., Sihotang, D. O., Laia, A. A., Hasmayni, B., Lumbanbatu, J., Lubis, R., et al. (2020). *Bunga Rampai Ekonomi dan Pembiayaan Pendidikan*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Yogyakarta: Alfabeta.
- Zakariyah, A., Afriani, V., & Zakariyah, M. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Action Research, Research and Development (R and D)*. Sulawesi Tenggara: Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warrahmah Kolaka.