KELOMPOK 5

Anggota RAMUCAGUS:
Dra. Rahayu Prihantari, M.Pd.
Murnihati, M.Pd.
Cahyu Astriwi, S.Pd., M.M., Gr.
Agus Risa, S.Pd.

PROKRASTINASI AKADEMIK

WHO (SIAPA)

Prokrastinasi bisa dialami oleh peserta didik, yang berhubungan dengan tugas akademik

WHAT (APA) PENGERTIAN

Kebiasaan menunda-nunda kewajiban yang seharusnya dilakukan peserta didik

WHEN (KAPAN) WAKTU

Prokrastinasi bisa terjadi kapan saja, terutama saat menghadapi tugas atau pelajaran yang dianggap tidak menyenangkan, sulit, atau membosankan.

WHY (MENGAPA) FAKTOR PENYEDAB

Bingung mulai dari mana, Kurang motivasi dan semangat, Mudah terdistraksi, Perfeksionisme, Takut gagal,

WHERE (DI MANA) TEMPAT

Prokrastinasi akademik bisa terjadi di lingkungan belajar siswa yaitu sekolah

DAMPAK

Prestasi Akademik Menurun,
Kesehtan Mental,
Kesejahteraan Terganggu

HOW (BAGAIMANA) CARA MENGATASI

Guru BK melakukan pembimbingan dan pendampingan

- Menjadwalkan waktu,
- Mencari lingkungan kondusif
- Memberi penghargaan pada diri sendiri
- Minta bantuan
- Temukan tempat yang tenang dan bebas gangguan
- Membuat rencana kegiatan,

LIVEWORKSHEETS