

## REGULASI DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 25 BANJARMASIN

Muhammad Agus Sulaiman<sup>1\*</sup>, Sulistiyana<sup>2</sup>, Eklys Cheseda Makaria<sup>3</sup>

Universitas Lambung Mangkurat<sup>1\*,2,3</sup>

\*) Corresponding author, email: [agussulaiman.email@gmail.com](mailto:agussulaiman.email@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [sulis.bk@ulm.ac.id](mailto:sulis.bk@ulm.ac.id)<sup>2</sup>, [eklys.makaria@ulm.ac.id](mailto:eklys.makaria@ulm.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRACT

The current phenomenon, students tend to spend their time on entertainment only compared to academic matters, this is a problem for students who like to delay doing schoolwork. Academic procrastination may continue to increase every year, therefore this study aims to determine the description of self-regulation, peer conformity, and academic procrastination, as well as determine the contribution of self-regulation and peer conformity to academic procrastination by using a quantitative approach with a correlational research type. Data collection tools using questionnaires and sampling techniques by simple random sampling. Of the 129 population, there were 98 students of class VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin who became the research sample. The data analysis technique used descriptive statistics and multiple linear regression. The results of the study stated that class VIII students had self-regulation and academic procrastination in the medium category, while peer conformity was in the high category. Then the results of the study stated that there was a contribution between self-regulation and peer conformity to academic procrastination with a value of sig 0.000 < 0.05. In other words, self-regulation and peer conformity contributed to academic procrastination by 23.9%.

### Keywords

self-regulation,  
peer  
conformity,  
academic  
procrastination

### ABSTRAK

Fenomena yang terjadi saat ini, siswa cenderung menghabiskan waktunya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik, hal ini sebuah masalah bagi siswa yang senang menunda mengerjakan tugas sekolah. Prokrastinasi akademik mungkin akan terus meningkat setiap tahunnya maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self regulation*, konformitas teman sebaya, dan prokrastinasi akademik, serta mengetahui kontribusi antara *self regulation* dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Alat pengumpulan data menggunakan angket dan teknik penarikan sampel dengan cara *simple random sampling*. Dari 129 populasi maka ada 98 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin yang menjadi sampel penelitian. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dan regresi linier berganda. Hasil penelitian menyatakan, siswa kelas VIII memiliki *self regulation* dan prokrastinasi akademik dalam kategori sedang, sedangkan pada konformitas teman sebaya dalam kategori tinggi. Kemudian hasil penelitian menyatakan bahwa ada kontribusi antara *self regulation* dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai dengan sig 0.000 < 0,05. Dengan kata lain, *self regulation* dan konformitas teman sebaya terdapat kontribusi terhadap prokrastinasi akademik sebesar 23,9%.

### Kata Kunci

*self-regulation*,  
konformitas  
teman sebaya,  
prokrastinasi  
akademik

**Cara mengutip:** Sulaiman, M. A., Sulistiyana, S., & Makaria, E. C. (2022). Kontribusi Self-Regulation dan Konformitas Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 9(1), 18-27. <https://doi.org/10.29407/nor.v9i1.15787>

## **PENDAHULUAN**

Dalam tahap perkembangan, remaja yang duduk di bangku SMP dapat dikategorikan sebagai remaja awal yang pada dasarnya dimana pada usia tersebut pendidikan menjadi suatu kewajiban yang harus dijalani. Namun ketika menempuh pendidikan sering terjadi beberapa hambatan dan masalah yang dialami oleh remaja, kebanyakan individu sering mengeluh pada beberapa permasalahan seperti ketidaknyamanan terhadap kondisi lingkungan sekolah, tata cara guru mengajar, serta tugas yang dianggap terlalu banyak hingga memunculkan ketidakmauan siswa untuk belajar. Ketidakmauan belajar yang terjadi pada siswa tentunya akan berdampak pada tugas-tugas sekolah yang tertunda bahkan terbengkalai yang berakibat kurangnya persiapan belajar untuk menghadapi ulangan maupun ujian sekolah.

Ketika siswa tidak mengatur waktu dengan baik, sering membuang waktu dengan melakukan aktivitas yang tidak bermanfaat sehingga waktu terbuang dengan sia-sia. Seperti fenomena yang diketahui saat ini, siswa cenderung menggunakan waktunya untuk aktivitas yang kurang penting dibandingkan dengan urusan akademik. Jika prokrastinasi akademik tidak ditangani, maka hal tersebut akan berdampak membuat tugas yang diberikan sekolah tidak selesai dan dalam hal menyelesaikan tugas tidak optimal sehingga berpotensi menimbulkan akibat terhambatnya atau kegagalan peserta didik meraih kesuksesan.

Seperti hasil survei dilakukan oleh StudyMode pada tahun 2014 memaparkan bahwa sebanyak 86% dari 611 peserta didik yang duduk di bangku SMA melakukan penundaan atau prokrastinasi pada tugas-tugas sekolah mereka. Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian Janssen pada 98 peserta didik SMA di Amerika Serikat, mendapatkan hasil sebagai berikut (a) 5% peserta didik berada pada kategori prokrastinasi akademik yang rendah, (b) 34.7% peserta didik berada pada kategori prokrastinasi akademik menengah, (c) 49% peserta didik berada pada kategori prokrastinasi akademik yang tinggi, dan (d) 11.2% peserta didik berada pada kategori prokrastinasi akademik yang sangat tinggi (Clara, 2017). Dari hasil survei dan penelitian yang telah dilakukan pada tahun 2014 tersebut perilaku prokrastinasi akademik sekarang berada pada presentase yang tinggi.

Adapun kondisi ideal siswa yang harus dilakukan ketika menghadapi tugas dari sekolah yaitu, mengerjakan tugas dengan segera, mampu mengerjakan tugas dengan waktu yang sudah ditentukan, mengumpulkan tugas tepat waktu, dan seharusnya siswa mampu mengelola waktu dengan baik terhadap tugasnya dibandingkan melakukan hal-hal yang tidak diperlukan.

Dikemukakan (Nafeesa, 2018) menjelaskan prokrastinasi akademik merupakan sebuah penundaan pada hal mengerjakan tugas yang harus diselesaikan oleh seseorang. Siswa yang melakukan penundaan cenderung menggunakan waktu dengan urusan lain yang semestinya tidak begitu bermanfaat seperti hiburan semata ketimbang menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan dengan waktu yang cepat.

Perilaku penundaan pada tugas sekolah dapat terwujud pada beberapa indikator yang dapat diamati serta diukur ciri-ciri tertentu seperti seseorang menunda untuk memulai

ataupun melakukan penyelesaian terhadap tugas yang diberikan, orang yang terlibat prokrastinasi membutuhkan waktu yang lebih banyak ketimbang waktu yang diperlukan pada biasanya dalam pengerjaan tugas, seorang yang melakukan penundaan mempunyai kesusahan untuk melakukan suatu hal sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan sebelumnya, dan melakukan kegiatan lain yang lebih membuatnya senang dibandingkan mengerjakan tugas yang harus diselesaikan (Ghufron & Risnawita, 2012: 158-160).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 25 Banjarmasin dengan guru BK menyatakan masih ada siswa yang melaksanakan prokrastinasi akademik merupakan untuk memulai serta mengerjakan tugas yang diberikan sekolah. Bahkan ada siswa yang terlambat dalam pengumpulan tugas seperti keterlambatan dalam waktu pengumpulan tugas, biasanya keterlambatan dalam pengumpulan tugas tersebut terkumpul sampai ke pertemuan berikutnya atau satu minggu.

Melalui wawancara dengan guru mata pelajaran olahraga adapun informasi yang didapatkan tentang adanya siswa melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik yang dilakukan beberapa siswa seperti menunda untuk memulai untuk mengerjakan tugas, ketika siswa diberikan tugas siswa tidak langsung mengerjakannya.

Untuk mengatasi agar tidak timbulnya dampak negatif dari prokrastinasi akademik, adapun beberapa tindakan yang sudah dilaksanakan oleh guru BK kepada peserta didiknya untuk mengatasi perilaku prokrastinasi akademik. Seperti sebagai fasilitator memberikan layanan bimbingan kelompok agar siswa terhindar dari perilaku penundaan dalam menyelesaikan tugas sekolahnya dan layanan konsultasi untuk mengatasi masalah prokrastinasi akademik agar siswa mau untuk tidak melakukan penundaan terhadap tugas sekolahnya.

Faktor penyebab siswa melakukan prokrastinasi ada dua hal, yaitu faktor dalam diri atau faktor internal dan faktor dari luar diri atau faktor eksternal. Faktor internal dalam cakupan seperti situasi fisik seseorang dan situasi psikologis seseorang, kemudian yang kedua faktor eksternal mencakup pola asuh orang tua, faktor kepribadian prokrastinator, serta pengaruh faktor situasional (Nafeesa 2018). Dalam (Ghufron & Risnawita, 2012: 165) faktor internal yang memicu penyebab individu melaksanakan prokrastinasi adalah keadaan fisik dan psikologis individu, kepribadian individu juga turut berpengaruh memunculkan sikap penundaan misalnya regulasi diri dan tingkat kecemasan dalam melakukan aktivitas sosial, rendahnya dorongan mengerjakan tugas dan kurangnya pengontrolan diri.

Untuk memahami *self regulation*, Bandura dalam Fatimatuzzahro (2017) mengemukakan bahwa ada enam aspek yang perlu diperhatikan adalah standar dan tujuan yang ditentukan sendiri, pengaturan emosi, instruksi diri, monitoring diri, evaluasi diri, dan kontingensi yang ditetapkan diri sendiri. *Self regulation* dalam belajar yang baik akan membantu seseorang dalam memenuhi berbagai tuntutan yang dihadapinya.

*Self regulation* bermakna bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk memotivasi diri mereka sendiri untuk mencapai suatu tujuan, untuk merencanakan strategi, dan untuk mengevaluasi dan mengubah perilaku yang sedang berlangsung. Dari penjelasan tersebut,

maka jika siswa memiliki *self regulation* yang bagus akan membantu seseorang untuk tidak melakukan penundaan dalam tugas sekolahnya atau perilaku prokrastinasi akademik (Pervin, 2012).

Santrock pada Rachmah (2015) menyebutkan *self regulation* juga terlibat dalam pembelajaran akan membuat peserta didik melakukan pengaturan tujuan, menilai dan membuat penyesuaian yang diperlukan sehingga memenuhi prestasi. Dari pemaparan tersebut maka pada dasarnya siswa yang memiliki regulasi diri yang bagus akan memanfaatkan waktu yang sesuai dan mengarah pada tindakan yang lebih penting, yaitu belajar serta mengerjakan tugas, sedangkan peserta didik yang mempunyai regulasi diri yang rendah tidak sanggup pada hal pengaturan serta mengarahkan tindakannya, sehingga cenderung akan mengarah mementingkan sesuatu yang lebih membuat kesenangan, dan diartikan banyak penundaan atau prokrastinasi.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Fitriya & Lukmawati (2016) menjelaskan adanya hubungan antara *self regulation* dengan prokrastinasi akademik, yang dimana semakin tinggi *self regulation* seseorang maka akan semakin rendah tingkat perilaku prokrastinasi akademik seseorang tersebut dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *self regulation* seseorang, maka tingkat perilaku prokrastinasi akademik seseorang tersebut dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya akan semakin tinggi.

Selain faktor internal, prokrastinasi akademik terjadi diakibatkan adanya faktor eksternal yaitu faktor yang diakibatkan dari luar yaitu terdapatnya pengaruh dari kondisi yang membuat individu akan mengarah pada prokrastinasi akademik. Pengaruh dari lingkungan tersebut biasanya seperti konformitas teman sebaya.

Cialdini & Goldstein dalam (Hafiz dkk, 2018: 134) menjelaskan bahwa konformitas adalah suatu kecenderungan dalam perubahan keyakinan dan perilaku seseorang sehingga sesuai dengan perilaku orang lain atau standar perilaku yang ditentukan oleh anggota kelompoknya. Sedangkan teman sebaya adalah semua orang dalam kelompok sosial yang memiliki kesamaan sosial atau memiliki ciri-ciri, seperti kesamaan tingkat usia, tingkah laku maupun psikologis (Desmita, 2016: 145).

Maka dari beberapa pengertian diatas konformitas teman sebaya dapat disimpulkan adalah kecenderungan dalam perubahan keyakinan dan perilaku seseorang sehingga sesuai dengan perilaku teman sebayanya atau standar perilaku yang ditentukan oleh anggota kelompok teman sebayanya. Konformitas teman sebaya memiliki beberapa aspek menurut Sears dalam Umayah (2017) yaitu tingkat percaya kepada kelompok, kepercayaan yang rendah pada penilaian diri sendiri, adanya perasaan takut terhadap celaan pada kelompok sosial, adanya rasa takut menjadi orang yang berbeda dari kelompok, dan kepatuhan serta ketakutan.

Hal tersebut mengenai adanya hubungan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik dapat dilihat dalam penelitian Imansyah dan Setyawan (2018) hasilnya menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif serta signifikan antara

konformitas teman sebaya kepada prokrastinasi akademik pada peserta didik pria boarding school Al-Irsyad kelas 10 dan 11. Apabila semakin tinggi konformitas teman sebaya maka prokrastinasi akademik pada siswa juga akan semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah konformitas teman sebaya maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada siswa.

Dari beberapa penelitian tentang adanya hubungan dari regulasi diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik, mengacu pada permasalahan tersebut agar siswa mampu menyelesaikan tugasnya dengan segera dan tepat waktu sehingga memperlancar proses belajar siswa.

Sehingga penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran regulasi diri, konformitas teman sebaya, dan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin serta untuk mengetahui sebanyak apa pengaruh yang ditimbulkan atau kontribusi regulasi diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin.

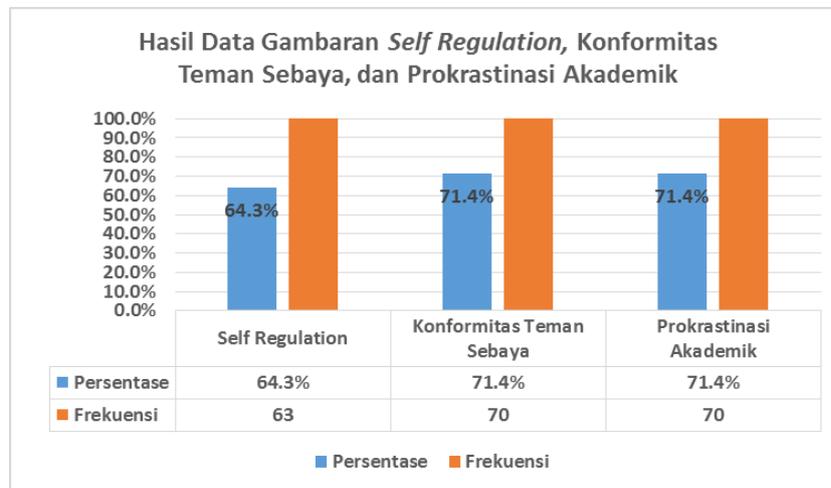
## **METODE**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Yang dimana pendekatan kuantitatif itu berkenaan terutama dengan data angka atau *numerical*. (Setyosari, 2016: 47). Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional (pengaruh). Penelitian korelasional adalah untuk mengetahui sejauh mana beberapa variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi lain pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi (Suryabrata, 2016: 82). Dalam penelitian ini variabel yang diteliti adalah kontribusi (X1) regulasi diri dan (X2) konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik.

Penelitian ini memiliki hipotesis ( $H_a$ ) bahwa (1) ada kontribusi *self regulation* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin; (2) ada kontribusi konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin; dan (3) ada kontribusi *self regulation* dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. Untuk menjawab hipotesis tersebut peneliti menggunakan teknik analisis regresi linier berganda. Penelitian ini secara khusus mencari tahu seberapa besar kontribusi antara *self regulation* dan konformitas teman sebaya (variabel bebas) terhadap prokrastinasi akademik (variabel terikat). Siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin, yang berjumlah 129 orang merupakan populasi penelitian ini, dengan menggunakan teknik penarikan sampel dengan cara *simple random sampling* yaitu mengambil sampel pada masing-masing kelas secara acak. Berhubung ada kendala dalam penarikan sampel yang dikarenakan ada beberapa siswa yang tidak memiliki *handphone* dan tidak memiliki kuota internet, maka hanya ada 98 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin menjadi sampel. Data penelitian dikumpulkan memakai angket dengan menggunakan jenis skala likert untuk pengukuran skala. Berhubung situasi penelitian disaat pandemi COVID-19, sehingga peneliti membagikan angket melalui *Google Form* karena tidak memungkinkan untuk membagikan angket secara langsung.

## HASIL

Penelitian telah dilaksanakan dengan membagikan angket terhadap siswa, maka adapun hasil data yang diperoleh dapat diuraikan pada grafik dibawah ini:



Gambar 1. Grafik kriteria *Self Regulation*, Konformitas Teman Sebaya, dan Prokrastinasi Akademik

Dari hasil yang didapatkan yang teruraikan diatas, sehingga diketahui gambaran *self regulation*, konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. Pada variabel *self regulation* diketahui hasil perolehan persentase dengan angka 64,3% atau sebanyak 63 peserta didik pada kategori *self regulation* sedang. Kemudian pada variabel konformitas teman sebaya didapatkan hasil perolehan persentase dengan angka 71,4% atau sebanyak 70 peserta didik tergolong pada kategori tinggi. Selanjutnya pada variabel prokrastinasi akademik perolehan hasil persentase dengan angka 71,4% atau sebanyak 70 peserta didik pada kategori sedang. Hasil dari uji hipotesis yang didapatkan dari perhitungan regresi linear berganda dengan program *SPSS version 25 for windows*:

Tabel 1. Hasil Regresi Linier Berganda

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2688.749	2	1344.374	16.217	.000 <sup>b</sup>
Residual	7875.251	95	82.897		
Total	10564.000	97			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Self Regulation

Dari hasil regresi linear berganda terdapat nilai F hitung di atas diketahui nilai signifikansi untuk variabel sebesar 16,217 dengan probabilitas 0.000. Karena angka probabilitas lebih kecil dari 0.05, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi prokrastinasi akademik (Y) atau dapat dikatakan bahwa variable *self regulation* (X1) dan konformitas teman sebaya (X2) berkontribusi dengan prokrastinasi akademik (Y).

Tabel 2. Kontribusi X<sub>1</sub> Dengan X<sub>2</sub> terhadap Y

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.504 <sup>a</sup>	.255	.239	9.10480

a. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Self Regulation

Sedangkan data yang terurai diatas, angka *Adjusted R Square* adalah 0,239. yang artinya pada variabel *self regulation* (X1) dan konformitas teman sebaya (X2) terhadap prokrastinasi akademik (Y) berkontribusi sebesar 23,9%.

## **PEMBAHASAN**

Aditianoro dan Wulanyani (2019) mengemukakan prokrastinasi cenderung dilakukan karena dari seseorang kehilangan kemampuan regulasi diri serta cenderung untuk melakukan penundaan serta menghindar dari pengerjaan tugas karena tidak mampu untuk menunda hal yang membuat senang bagi dirinya.

Prokrastinasi akademik yang terjadi dipengaruhi oleh hilangnya *self regulation* pada siswa dan cenderung melakukan penundaan dan menghindar dari pengerjaan tugas yang disebabkan tidak mampu untuk menunda hal yang membuat senang untuk dirinya serta dipengaruhi oleh regulasi diri yang buruk dan adanya perilaku untuk menghindar dari tugas. Siswa cenderung tidak mampu mengarahkan dirinya untuk menyelesaikan tugas yang diberikan guru disekolah dengan segera, siswa lebih memilih melakukan hal yang tidak penting.

Sesuai dengan hasil temuan penelitian ini bahwa ada kontribusi *self regulation* terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. Meskipun *self regulation* berada dikategori sedang, seperti siswa sudah mampu penetapan tujuan yang ingin dicapai serta evaluasi diri terhadap perilaku yang sudah dilakukannya akan tetapi masih belum optimal jika siswa mampu menjaga, mengelola, mengatur perasaan dan perilaku negatif sesuai perasaan serta belum mampu intruksi dan mengingatkan diri sendiri dalam bertindak. Sehingga terhambatnya dalam pencapaian terhadap tujuan siswa untuk mengerjakan tugas dengan segera dikarenakan belum mampunya siswa dalam menghindari gangguan lingkungan dan impuls emosional serta belum mampu memberi intruksi dan mengingatkan diri sendiri dalam tindakan mengerjakan tugas.

Prokrastinasi akademik yang terjadi dipengaruhi karena hilangnya *self regulation* pada siswa serta cenderung untuk penundaan atau menghindar dari pengerjaan kewajiban tugas sekolah dikarenakan ketidakmampuan untuk menunda hal yang menyenangkan bagi dirinya serta dipengaruhi oleh regulasi diri yang buruk dan adanya perilaku untuk menghindar dari tugas.

Pendapat Ferrari (Cinthia & Kustanti, 2017) *peer group* atau teman sebaya memiliki pengaruh yang menyebabkan individu melakukan menunda pada tugas yang diberikan sekolah adalah termasuk dari faktor eksternal dari prokrastinasi akademik. Pada hal tersebut, peserta didik kecenderungan membuat kelompok dengan teman sebayanya disekolah dan melakukan konform atau melaksanakan aktivitas yang sesuai dengan norma atau aturan dalam kelompok agar dapat diterima di lingkungannya. Jika *peer group* malas untuk memulai dan penyelesaian tugas yang diberikan sekolah, maka individu juga akan ikut bermalas-malasan dalam hal memulai dan penyelesaian tugas. Konformitas yang seperti ini yang membuat dampak tidak baik untuk seseorang dalam penyelesaian tugas yang diberikan sekolah.

Pada penelitian tersebut sangat menggambarkan situasi siswa disekolah, diketahui siswa cenderung memiliki kelompok dengan teman sebayanya di lingkungan sekolah serta melakukan hal yang dapat diterima sesuai dengan aturan dalam kelompok teman sebayanya. Sehingga jika siswa memiliki kelompok teman sebaya yang malas dalam pengerjaan tugas sekolah, maka hal tersebut akan membuat siswa malas dalam pengerjaan tugas sekolahnya dikarenakan siswa cenderung mengikuti norma atau aturan dalam kelompok teman sebayanya.

Pada hasil temuan penelitian ini juga menyatakan bahwa ada kontribusi konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. Pengaruh dari teman sebaya atau *peer group* yang menjadi sebab peserta didik akan menunda menyelesaikan pada tugas-tugas yang diberikan sekolah adalah faktor eksternal dari prokrastinasi akademik, jika teman sebayanya malas untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik, maka peserta didik tersebut juga cenderung ikut bermalas-malas untuk memulai dan menyelesaikan tugas. Konformitas tersebut yang akan berdampak tidak baik untuk peserta didik pada penyelesaian tugas sekolahnya.

Namun konformitas teman sebaya yang tinggi pada siswa hanya menimbulkan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik yang sedang, yang dimana siswa melakukan prokrastinasi akademik hanya pada lingkungan sekolah saja ketika mendapatkan konformitas yang negatif dari teman kelompoknya. Karena ketika siswa mendapatkan tugas pekerjaan rumah dari sekolah atau PR siswa kemungkinan tidak akan terlibat prokrastinasi akademik, hal tersebut disebabkan siswa memiliki jadwal harian belajar dan siswa cenderung tidak mengerjakan hal lain yang lebih menyenangkan ketika adanya PR meskipun pengumpulannya masih lama.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Azzahra (2019) yang mengemukakan bahwa konformitas dan *self regulation* memiliki hubungan yang signifikan kepada prokrastinasi akademik terhadap peserta didik, hal tersebut terbukti dengan nilai F hitung lebih besar dari pada F tabel. Yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self regulation* dengan konformitas teman sebaya dalam prokrastinasi akademik.

Sejalan pada penelitian tersebut, hasil temuan penelitian ini bahwa ada kontribusi *self regulation* dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. Prokrastinasi akademik yang terjadi dipengaruhi oleh hilangnya *self regulation* pada siswa serta akan cenderung untuk melakukan penundaan atau penghindaran dari mengerjakan tugas yang diberikan sekolah karena ketidak mampuan untuk menunda hal yang membuat senang bagi dirinya serta dipengaruhi oleh regulasi diri yang tidak baik dan adanya perilaku untuk menghindar dari tugas. Kemudian konformitas teman sebaya juga mempengaruhi terhadap prokrastinasi akademik, yang dimana jika tekanan konformitas teman sebaya bersifat negatif. Konformitas negatif adalah konformitas yang wujud perilakunya cenderung negatif. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku cenderung negatif yang mengarah pada perilaku menunda-nunda, siswa yang melakukan prokrastinasi akademik mendapat tekanan konformitas negatif teman sebaya yang mengarah pada perilaku penundaan dalam mengerjakan maupun menyelesaikan tugas.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *self regulation* dan konformitas teman sebaya merupakan suatu hal yang mendasari siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Meskipun *self regulation* berada dikategori sedang, seperti siswa sudah mampu penetapan tujuan yang ingin dicapai serta evaluasi diri terhadap perilaku yang sudah dilakukannya akan tetapi masih belum optimal jika siswa mampu menjaga, mengelola, mengatur perasaan dan perilaku negatif sesuai perasaan serta belum mampu intruksi dan mengingatkan diri sendiri dalam bertindak.

Dengan demikian hilangnya kemampuan *self regulation* siswa cenderung untuk menunda atau menghindari mengerjakan tugas serta dengan tingginya konformitas teman sebaya yang dimiliki siswa, maka siswa cenderung mendapat tekanan konformitas negatif teman sebaya yang mengarah pada perilaku penundaan dalam mengerjakan maupun menyelesaikan tugas.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Ada beberapa hal-hal yang dapat ditarik kesimpulan dari hasil penelitian yaitu *self regulation* berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin, konformitas teman sebaya berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin; dan *self regulation* dan konformitas teman sebaya (secara bersamaan) berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 25 Banjarmasin. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disarankan kepada guru BK yaitu, membantu siswa sebagai fasilitator dalam peningkatan *self regulation* dalam diri siswa, serta memantau dan mengarahkan konformitas teman sebaya yang terjadi pada siswa agar tidak ke arah konformitas yang negatif sehingga terhindarnya dari perilaku prokrastinasi akademik. Kepada guru mata pelajaran dapat disarankan untuk tetap memperhatikan sikap siswa-siswinya dalam proses pembelajaran, dan mengevaluasi proses belajar mengajar. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan variabel lain secara lebih spesifik, misalnya pola asuh keluarga dan manajemen waktu, agar menganalisa secara lebih mendalam faktor yang menyebabkan siswa melakukan prokrastinasi akademik.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Aditiantoro, Muhammad & Ni Made Swasti Wulanyani. 2019. Pengaruh problematic internet use dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan*: 205-215.  
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/52547>
- Azzahra, Annisa. 2019. Hubungan Antara Konformitas dan Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Negeri 2 Samarinda. *Jurnal Psikoborneo* 7(1): 1-15.  
<https://doi.org/10.33369/consilia.v3i1.8288>
- Cinthia, Rindita Ratu & Erin Ratna Kustanti. 2017. Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Empati*, 6(2): 31-37.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/19727>
- Clara, Cindy, dkk. 2017. Peran Self-Efficacy dan Self-Control Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA (Studi pada Siswa SMA X Tangerang). *Jurnal Muara*

*Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2): 159-169.  
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.802>

- Desmita. 2016. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- FatimatuZZahro. 2017. *Studi Komparasi Regulasi Diri Dalam Mengerjakan Skripsi Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Angkatan 2012 UIN Walisongo Semarang*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang : UIN Walisongo
- Fitriya & Lukmawati. 2016. Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Mitra Adiguna Palembang. *Jurnal Psikologi Islam*, 2(1): 63-74.  
<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/view/1058>
- Ghufroon, M. Nur & Rini Risnawita S. 2012. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hafiz, Subhan El dkk. 2018. Psikologi Sosial Pengantar dalam Teori dan Penelitian. Jakarta Selatan: Salemba Humanika.
- Imansyah, Yunaldy & Imam Setyawan. 2018. Peran Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Laki-laki MA Boarding School Al-Irsyad. *Jurnal Empati*, 7(4): 233-237.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/23455>
- Nafeesa. 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 1(4): 53-67. <https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Pervin, Lawrence A, dkk. 2012. *Psikologi Kepribadian Teori & Penelitian Edisi Kesembilan*. Jakarta: Kencana.
- Rachmah, Dwi Nur. 2015. Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1): 61-77. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6943>
- Setyosari, Punaji. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan & Pengembangan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Suryabrata, Sumadi. 2016. *Metodologi Penelitian*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Umayah, Kiftiyatul. 2017. *Pengaruh Konformitas Teman Sebaya dan Konsep Diri Terhadap Pembelian Impulsif Pada Mahasiswa*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.