

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Prokrastinasi Akademik

2.1.1.1 Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi merupakan perilaku seseorang yang sering menunda-nunda dalam mengerjakan sesuatu. Menurut Wyk dalam Ramadhan & Winata (2016:156) “prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan kata “*pro*” yang artinya bergerak maju dan “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok, jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya”. Dalam dunia akademik perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Menurut Triyono dan Rifai (2019:16) “prokrastinasi akademik adalah suatu jenis penundaan yang bersifat formal dan berhubungan dengan bidang akademik (tugas sekolah, tugas kursus, dan lain-lain)”.

Menurut Milgram, Batori, & Mowrer dalam Moore (2015:56) “prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda atau menghindari belajar atau mengerjakan tugas sekolah”. Perilaku prokrastinasi akademik dilakukan karena individu melakukan penghindaran terhadap tugas, hal tersebut akibat dari respon individu yang menganggap bahwa tugas tersebut berat untuk dikerjakan lalu ia memilih untuk menghindarinya dengan melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan atau istilahnya mencari pengalihan atau distraksi yang secara tidak sadar menimbulkan perilaku penundaan atau prokrastinasi.

Dari beberapa pengertian yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu perbuatan atau perilaku penundaan yang dilakukan dengan sengaja dan berulang-ulang dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Perilaku ini muncul karena respon individu

yang menganggap tugas itu sebagai kegiatan yang tidak menyenangkan sehingga ia melakukan hal lain yang lebih menyenangkan sebagai sebuah bentuk penghindaran.

2.1.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Secara umum prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor internal (dalam diri individu) dan faktor eksternal (luar individu). Menurut Ghufron dan Risnawita (2010:163) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dari dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi.

a. Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam diri individu yang turut memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya fatigue (ketahanan tubuh).

b. Kondisi psikologis individu

Menurut Millgram dkk. *Trait* kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam *self-regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial, besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan memengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat dari luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi.

a. Gaya pengasuhan orang tua

Hasil penelitian Ferrari dan Ollivete menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator.

b. Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan.

Menurut Candra et al. (2014:71) faktor-faktor yang menjadi penyebab prokrastinasi akademik pada siswa diantaranya yaitu:

1. Kondisi fisik yaitu jenis kelamin dan ketahanan tubuh (*fatigue*)
2. Kondisi psikologis yaitu kurangnya tanggung jawab dan rasa percaya diri
3. Kondisi keluarga yaitu fasilitas dari orang tua
4. Lingkungan sekolah yaitu pengaruh teman sebaya, cara guru dalam mengajar dan pengalaman kurang menyenangkan dengan guru (*punishment*)
5. Lingkungan masyarakat yaitu berada pada lingkungan yang kurang kondusif.

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik terbagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang terdapat dari dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik seperti faktor psikologis. Sedangkan faktor eksternal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dari luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik contohnya kondisi lingkungan.

2.1.1.3 Indikator Prokrastinasi Akademik

Indikator merupakan sesuatu yang dapat diukur dan memiliki nilai. dalam hal ini indikator prokrastinasi akademik perlu diketahui karena untuk mengukur sejauh mana tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Menurut Ferrari dkk dalam Ulum (2016:156) sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu dan dapat diamati melalui ciri-ciri tertentu berupa:

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. akan tetapi, dia menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
2. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas
Individu yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Selain itu, juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi.
3. Kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. seorang procrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ditentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak melakukan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca, nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Sedangkan menurut Solomon L.J Rothblum dalam Ramadhan & Winata (2016:157) indikator prokrastinasi akademik yang penting dalam prestasi belajar terdapat enam aspek diantaranya:

1. Terlambatnya dalam mengerjakan tugas mengarang
2. Menunda kegiatan membaca
3. Penundaan kinerja tugas administratif
4. Menunda untuk menghadiri tatap muka
5. Penundaan kinerja akademik secara keseluruhan

Berdasarkan penjelasan indikator prokrastinasi akademik di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat berbagai macam indikator prokrastinasi akademik, namun indikator prokrastinasi akademik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan antara waktu dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

2.1.2 Motivasi Belajar

2.1.2.1 Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi dapat diartikan sebagai suatu dorongan yang disertai dengan tujuan untuk mencapai sesuatu dan motivasi memiliki peranan untuk memunculkan sebuah tindakan. Sejalan dengan pendapat Ghufron dan Risnawita (2010:83) “motivasi adalah keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong keingan individu untuk melakukan kegiatan-kegiatan tertentu guna mencapai suatu tujuan.”

Motivasi belajar merupakan dorongan atau rasa ketertarikan siswa di dalam proses pembelajaran yang memunculkan adanya tindakan berupa kegiatan belajar. Menurut Uno (2011:23) “motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku”. Motivasi belajar memberi peranan sangat penting di dalam proses pembelajaran seperti pendapat Widoyoko (2012:233) “motivasi belajar memiliki peranan yang sangat penting dalam memberi gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga siswa yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar yang pada akhirnya akan mampu memperoleh prestasi yang baik.”

Berdasarkan pengertian motivasi belajar yang sudah dijelaskan oleh para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar merupakan suatu dorongan yang dimiliki oleh seseorang yang sedang belajar untuk melakukan suatu tindakan yang disertai dengan rasa ketertarikan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

2.1.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Secara umum faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor dari dalam (internal) dan faktor dari luar (eksternal. Menurut Dimiyati dan Mudjiyono dalam Kompri (2015:231) mengemukakan beberapa unsur yang dapat mempengaruhi motivasi dalam belajar diantaranya sebagai berikut:

1. Cita-cita dan aspirasi siswa
Siswa yang memiliki cita-cita akan memperkuat motivasi belajarnya baik secara intrinsik maupun ekstrinsik. Sebab tercapainya suatu cita-cita akan mewujudkan aktualisasi diri.
2. Kemampuan siswa
Keinginan seorang anak perlu dibarengi dengan kemampuan untuk dapat mencapainya. Kemampuan akan memperkuat motivasi untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangan.
3. Kondisi siswa
Kondisi siswa meliputi kondisi fisik dan mental yang dapat mempengaruhi motivasi belajar. Seorang siswa yang sedang tidak sehat akan mengganggu perhatian belajarnya. Sebaliknya siswa yang sehat akan mudah mendapatkan perhatian dalam belajar
4. Kondisi lingkungan siswa
Lingkungan siswa dapat berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan teman sebaya dan kehidupan sosial.

Menurut Irmalia (2001:104) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa terdapat dua yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik, diantaranya sebagai berikut:

1. Faktor-faktor intrinsik yang mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa ialah:
 - a. minat terhadap bidang ilmu yang dipelajarinya;
 - b. orientasinya dalam mengikuti pendidikan tinggi.
2. Faktor-faktor ekstrinsiknya yang mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa ialah:
 - a. kualitas dosen yang mengajar;
 - b. bobot materi kuliah yang diajarkan;
 - c. metode perkuliahan yang digunakan dosen;
 - d. kondisi dan suasana ruang kuliah;
 - e. fasilitas perpustakaan yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa.

Dapat disimpulkan bahwa, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam individu seperti cita-cita dan minat, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, seperti faktor lingkungan, pendidik, dan lain-lain.

2.1.2.3 Indikator Motivasi Belajar

Indikator digunakan untuk mengukur sejauh mana motivasi belajar yang dimiliki seseorang. Menurut Uno (2019:23) indikator motivasi belajar yang berasal dari faktor instrinsik maupun ekstrinsik dapat diklasifikasi menjadi enam, yaitu:

1. Adanya hasrat dan keinginan berhasil
Hasrat merupakan harapan atau keinginan yang sangat kuat. Dalam belajar, hasrat dan keinginan untuk berhasil disebut dengan motivasi berprestasi, yaitu suatu motif untuk melakukan suatu tugas atau pekerjaan yang diiringi dengan dorongan untuk memperoleh kesempurnaan. Motivasi semacam ini merupakan salah satu unsur di dalam kepribadian manusia.
2. Adanya dorongan dan kebutuhan belajar
Dalam menyelesaikan suatu tugas tidak selalu diiringi dengan motif berprestasi atau hasrat untuk berhasil, terkadang seorang individu melakukan suatu tugas karena dilandasi oleh kebutuhan akan dirinya untuk belajar. Kebutuhan dirinya untuk belajar selalu diiringi dengan rasa keingintahuan untuk menggali lebih dalam tentang suatu bidang ilmu pengetahuan.
3. Adanya harapan dan cita-cita masa depan
Dalam melakukan sebuah tindakan, seseorang selalu didasari oleh harapan dan keyakinan bahwa mereka akan memperoleh suatu keberhasilan di masa yang akan datang. Contohnya jika seseorang ingin naik jabatan, mereka akan menunjukkan kinerja yang baik agar bisa naik jabatan.
4. Adanya penghargaan dalam proses belajar
Afirmasi positif atau penghargaan dalam bentuk lainnya terhadap perilaku yang baik atau sebuah prestasi merupakan cara yang paling efektif untuk meningkatkan motivasi belajar. Pernyataan positif seperti “bagus”, “hebat” dan lain-lain selain menyenangkan siswa pernyataan verbal seperti itu juga mengandung makna interaksi dan pengalaman pribadi antara peserta didik dan guru. Pengakuan sosial merupakan suatu unsur di dalam kepribadian manusia. Apalagi jika hal tersebut diberikan didepan orang banyak.
5. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar
Berbagai strategi pembelajaran yang menarik tentunya akan menarik perhatian siswa untuk belajar seperti permainan, simulasi maupun diskusi. Suasana belajar yang menarik membuat pembelajaran menjadi bermakna. Sesuatu yang bermakna akan selalu diingat, dipahami dan dihargai.
6. Adanya lingkungan belajar yang kondusif
Secara umum, motivasi belajar seseorang muncul dari tindakan individu yang terbentuk melalui lingkungan. Oleh karena itu motif individu untuk melakukan sesuatu atau untuk belajar dapat diubah, dikembangkan atau diperbaiki melalui pengaruh lingkungan. Lingkungan belajar yang kondusif

akan membantu siswa dalam mengatasi kesulitan atau masalah dalam belajar.

Sedangkan menurut Abin Syamsudin M dalam Pratama et al. (2019:83) dalam meningkatkan motivasi belajar, yang kita dapat lakukan adalah mengidentifikasi beberapa indikator yang ada dalam tahap-tahap tertentu diantaranya sebagai berikut:

1. Durasi kegiatan
2. Frekuensi kegiatan
3. Presistensinya pada tujuan kegiatan
4. Ketabahan, keuletan dan kemampuannya dalam menghadapi kegiatan dan kesulitan untuk mencapai tujuan
5. Pengabdian dan pengorbanan untuk mencapai tujuan
6. Tingkat aspirasi yang hendak dicapai dengan kegiatan yang dilakukan
7. Tingkat kualifikasi prestasi
8. Arah sikapnya terhadap sasaran kegiatan

Berdasarkan pemaparan indikator motivasi belajar di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat berbagai macam indikator yang dapat digunakan untuk mengukur motivasi belajar. Seseorang yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung memiliki hasrat dan keinginan untuk berhasil, dorongan dan kebutuhan belajar, harapan dan cita-cita masa depan, penghargaan dalam proses belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar serta didukung oleh lingkungan yang kondusif.

2.1.3 *Self-Regulated Learning*

2.1.3.1 *Pengertian Self-Regulated Learning*

Self-regulation atau regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengendalikan dirinya sendiri. Istilah *self-regulation* yang digunakan dalam belajar dikenal sebagai *self-regulated learning*. Menurut Zimmerman dalam Nilson (2013:4) menyatakan “*self-regulated learning* adalah aktivitas keterlibatan total yang melibatkan banyak bagian otak. Kegiatan ini meliputi perhatian dan konsentrasi penuh, kesadaran diri dan introspeksi diri, penilaian diri yang jujur, keterbukaan untuk berubah, disiplin diri yang tulus, dan penerimaan tanggung jawab seseorang dalam belajar.”

Menurut Zimmerman dalam Mukhid (2008:223) “*self-regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk menjadi pembelajar yang aktif secara metakognisi, motivasi, dan perilaku (*behavior*) di dalam proses belajar.” Secara metakognisi, *self-regulated learner* membuat rencana, mengorganisasi, mengarahkan, memonitor, serta memberikan penilaian diri pada tingkatan-tingkatan yang berbeda dari apa yang mereka pelajari. Secara motivasi, mereka merasa diri mereka sendiri kompeten, *self-efficacious* (percaya diri), dan mandiri (*autonomous*). Secara perilaku (*behaviorly*), mereka memilih, menyusun, dan membuat lingkungan belajar yang menarik.

Berdasarkan pengertian *self-regulated learning* menurut para ahli, dapat disimpulkan bahwa, *self-regulated learning* merupakan kemampuan seorang individu dalam mengkondisikan dan mengendalikan aktivitas belajarnya sendiri dengan menggunakan berbagai strategi. *Self-regulated learning* meliputi aspek metakognisi, motivasi dan perilaku. Orang yang memiliki *self-regulation* yang baik, mereka akan mengatur waktu dan memiliki inisiatif tinggi dalam belajar.

2.1.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self-Regulated Learning

Secara umum faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* berasal dari faktor internal. Menurut Stone, Schunk & Swartz dalam Fasikhah & Fatimah (2013:148) *self-regulated learning*, dipengaruhi oleh tiga faktor utama yang saling berkaitan, diantaranya sebagai berikut:

1. Keyakinan diri (*self-efficacy*)
Self-efficacy mengacu pada kepercayaan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk belajar atau melakukan ketrampilan pada tingkat tertentu.
2. Motivasi
Motivasi merupakan sesuatu yang menggerakkan individu pada tujuan, dengan harapan akan mendapatkan hasil dari tindakannya itu dan adanya keyakinan diri untuk melakukannya.
3. Tujuan
Tujuan merupakan kriteria yang digunakan individu untuk memonitor kemajuan belajarnya.

Menurut Zimmerman dalam Adicondro & Purnamasari (2011:19) berdasarkan teori sosial kognitif terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self-regulated learning*, diantaranya sebagai berikut:

1. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta efikasi diri.
2. Faktor perilaku meliputi *behavior self-reaction*, *personal self-reaction* serta *environment self-reaction*.
3. Faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, baik lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan pergaulan dan lain sebagainya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* bisa berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi efikasi diri, motivasi, tujuan, disiplin diri dan kemauan diri (*volition*). Sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* diantaranya yaitu faktor lingkungan seperti lingkungan fisik, lingkungan sosial, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah serta lingkungan pergaulan.

2.1.3.3 Indikator *Self-Regulated Learning*

Dalam sebuah penelitian diperlukan indikator untuk mengukur suatu variabel. Indikator *self-regulated learning* perlu diketahui untuk mengetahui sejauh mana *self-regulated learning* yang dimiliki mahasiswa. Menurut Yoseva dalam Hendriana et al. (2018:243) indikator *Self-Regulated Learning* (SRL) meliputi sebagai berikut:

1. Inisiatif belajar
Siswa yang belajar mandiri dapat dilihat dari kegiatan belajarnya, dia tidak perlu disuruh bila belajar dan kegiatan belajar dilaksanakan atas inisiatif dirinya sendiri. Inisiatif merupakan energi yang menunjukkan keseriusan atau kesungguhan seseorang dalam mempelajari sesuatu. Semakin tinggi kekuatannya untuk belajar maka semakin kuat pula keinginannya (inisiatif) untuk belajar.
2. Mendiagnosa kebutuhan belajar
Mendiagnosis kebutuhan belajar merupakan sebuah keharusan karena kebutuhan belajar perlu ditentukan dengan cara memeriksa gejala-gejalanya (evaluasi).
3. Menetapkan tujuan belajar

Ciri dari seseorang yang belajar mandiri adalah dapat menentukan tujuan belajarnya sendiri untuk menguasai suatu kompetensi.

4. Memilih dan menggunakan sumber
Belajar mandiri dapat memilih dan menggunakan berbagai sumber belajarnya. Pengajar, tutor, kawan pakar, praktisi dan siapapun yang memiliki informasi dan keterampilan yang diperlukan pembelajar dapat menjadi sumber belajar.
5. Memilih dan menerapkan strategi belajar
Strategi belajar merupakan cara yang akan digunakan oleh siswa untuk memilih kegiatan belajar
6. Belajar mandiri
Belajar mandiri merupakan sikap dan perilaku yang tidak mudah tergantung pada orang lain dalam menyelesaikan tugas-tugas dan kebutuhan belajarnya sendiri.
7. Bekerja sama dengan orang lain
Bekerja sama dengan orang lain merupakan sebuah perilaku yang didasarkan pada upaya menjadikan dirinya mampu menjalin hubungan dengan orang lain dalam melaksanakan tindakan belajarnya.
8. Mengontrol diri
Mengontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi dan lingkungan, serta kemampuan untuk mengontrol dan perilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi untuk mengendalikan perilakunya

Sedangkan indikator *Self-Regulated Learning* menurut Sinaga (2018:1936) terdapat lima indikator diantaranya sebagai berikut:

1. Hasrat untuk belajar (*desire for learning*)
2. Memiliki kepercayaan diri
3. Manajemen diri (*self-management*)
4. Melakukan kontrol diri (*self-control*)
5. Memiliki disiplin diri

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa indikator *self-regulated learning* dapat digunakan untuk mengukur sejauh mana seseorang dapat mengkondisikan aktivitas belajarnya sendiri yang meliputi inisiatif belajar, mendiagnosa kebutuhan belajar, tujuan belajar, memilih sumber, strategi belajar mandiri, bekerjasama serta mengontrol diri dalam melakukan proses belajar sehingga dapat diketahui tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki oleh seseorang.

2.1.4 Konformitas Teman Sebaya

2.1.4.1 Pengertian Konformitas

Konformitas merupakan perilaku seorang individu yang mengikuti pandangan dan persepsi kelompok yang diikutinya. Menurut Brehm dan Kassin dalam Suminar & Meiyuntari (2016:148) mendefinisikan “konformitas sebagai kecenderungan individu untuk mengubah persepsi, opini dan perilaku mereka sehingga sesuai atau konsisten dengan norma-norma kelompok.”

Menurut Taylor dalam Cinthia & Kustanti (2017:33) yang mengemukakan bahwa “konformitas merupakan tendensi individu untuk mengubah keyakinan atau perilaku sehingga sesuai dengan orang lain. Hal tersebut dilakukan individu sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungannya.”

2.1.4.2 Pengertian Teman Sebaya

Teman sebaya atau *peer group* merupakan kelompok individu yang memiliki tingkat usia atau kematangan yang sama. Menurut Wolman dalam M. Nisfiannoor (2004:160) “konsep *peer group* secara khusus menunjuk pada sebuah kelompok pertemanan yang telah mengenal satu sama lain dan menjadi sumber informasi atau perbandingan antara satu sama lainnya.”

Menurut Zaitun (2010:114) “kelompok sebaya menyediakan suatu lingkungan, yaitu tempat teman sebayanya dapat melakukan sosialisasi dengan nilai yang berlaku, bukan lagi nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa, melainkan oleh teman seusianya, namun apabila nilai yang dikembangkan dalam kelompok sebaya adalah nilai negatif, maka akan menimbulkan bahaya bagi perkembangan jiwa individu.”

Berdasarkan pengertian yang sudah dipaparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya merupakan sebuah fenomena sosial dimana perilaku seseorang dipengaruhi oleh keyakinan atau norma-norma yang dianut di dalam kelompok teman sebayanya, hal tersebut dilakukan karena sebagai bentuk penyesuaian agar diterima oleh lingkungannya. Individu membentuk kelompok dengan

teman sebaya dan melakukan konform atau melakukan hal-hal yang sesuai dengan norma kelompok untuk dapat diterima di lingkungannya.

2.1.4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konformitas Teman Sebaya

Ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi konformitas. Menurut Baron dan Branscombe dalam Suminar & Meiyuntari (2016:149) menyatakan bahwa konformitas dipengaruhi oleh sejumlah faktor diantaranya yaitu:

1. Kohesivitas (didefinisikan sebagai derajat ketertarikan individu terhadap kelompok)
2. Ukuran kelompok (jumlah anggota kelompok yang semakin besar akan mempengaruhi tinggi rendahnya konformitas dalam kelompok tersebut)
3. Norma deskriptif (norma yang hanya menggambarkan apa yang sebagian besar orang lakukan pada situasi tertentu)
4. Norma injungtif (norma yang secara spesifik menetapkan perilaku apa yang diterima atau tidak dapat diterima pada situasi tertentu).

Menurut Anas dalam Vatmawati (2019:59) menyatakan bahwa faktor-faktor utama yang memungkinkan terjadinya perilaku konformitas diantaranya yaitu:

1. Kurangnya informasi
Orang lain merupakan sumber informasi yang penting, seringkali orang lain mengetahui sesuatu yang tidak individu ketahui, sehingga dengan melakukan apa yang dilakukan kelompok, individu akan memperoleh manfaat dari pengetahuan kelompok.
2. Rasa takut terhadap celaan sosial
Alasan lain munculnya konformitas adalah demi memperoleh persetujuan atau menghindari celaan kelompok. Terdapat sejumlah faktor yang menentukan bagaimana pengaruh persetujuan dan celaan ini terhadap tingkat konformitas yaitu: rasa takut terhadap penyimpangan, kekompakan kelompok, kesepakatan atau keputusan kelompok.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas dapat berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari; penilaian diri yang rendah, rasa takut terhadap penyimpangan jika tidak sesuai dengan kelompok dan rasa takut terhadap celaan sosial. Sedangkan yang termasuk ke dalam faktor eksternal diantaranya yaitu; kurangnya informasi, hubungan antar individu dengan kelompok dan kesepakatan dalam kelompok.

2.1.4.4 Indikator Konformitas Teman Sebaya

Indikator merupakan sesuatu yang bisa diukur, dalam mengukur variabel konformitas teman sebaya perlu diketahui indikatornya terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat konformitas pada mahasiswa. Menurut Sears dkk dalam Vatmawati (2019:58) menyebutkan aspek aspek yang dapat diukur dan diamati dan menandai adanya konformitas adalah sebagai berikut:

1. Kekompakan
Perasaan dekat dengan anggota kelompok dan perhatian terhadap kelompok karena ingin memperoleh pengakuan dan menghindari penolakan dari anggota kelompok.
2. Kesepakatan
Kepercayaan terhadap kelompok dan persamaan pendapat antar anggota kelompok karena adanya ketergantungan individu terhadap kelompok.
3. Ketaatan
Kerelaan untuk melakukan tindakan walaupun individu tidak ingin melakukannya karena adanya tekanan dari anggota kelompok dan ingin memenuhi harapan kelompok

Sedangkan menurut Taylor dkk dalam Vatmawati (2019:58) mengemukakan bahwa adanya aspek-aspek dalam konformitas diantaranya yaitu:

1. *Informational influence*, yaitu mengubah perilaku untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan karena adanya informasi berguna yang diberikan individu dengan kecenderungan untuk berbuat benar
2. *Normative influence*, yaitu mengubah perilaku untuk menyesuaikan diri agar diterima oleh individu lainnya dan tendensi untuk disukai.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa indikator merupakan sesuatu yang dapat diukur. Dalam mengukur konformitas teman sebaya diperlukan indikator untuk dapat mengetahui sejauh mana tingkat konformitas pada mahasiswa, maka dari itu konformitas teman sebaya menggunakan beberapa indikator diantaranya yaitu kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan.

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Tabel 2.1

Hasil Penelitian yang Relevan

No.	Sumber	Judul	Hasil Penelitian
1.	Chusnul Chotimah & Lukluk Nurmufida, Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, Vol. 5 No. 1, Juni 2020	Pengaruh <i>Self Regulated Learning</i> dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	Terdapat efek negatif yang signifikan dari <i>self-regulated learning</i> pada prokrastinasi akademik yang ditunjukkan oleh koefisien regresi -0,601 ($p < 0,05$).
2.	Rinda Sindhi Margareta & Agus Wahyudin, Economic Education Analysis Journal, 8 (1) (2019)	Pengaruh Motivasi Belajar, Perfeksionisme dan Keaktifan Berorganisasi Terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Regulasi Diri Sebagai Variabel Moderating	<ul style="list-style-type: none"> • Motivasi belajar tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik, • Regulasi diri memoderasi secara signifikan pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik,
3.	Nur Azizah & Kardiyem, Economic Education Analysis	Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik dengan <i>Academic</i>	Konformitas berpengaruh positif dan tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Journal, 9 (1) 2020 119-132	<i>Hardiness</i> sebagai Variabel Moderasi	
--------------------------------	---	--

Tabel 2.2

Persamaan dan Perbedaan dengan Hasil Penelitian yang Relevan

No.	Persamaan	
	Penelitian Sebelumnya	Penelitian yang Dilakukan
1.	a. Menggunakan variabel <i>Self Regulated Learning</i> dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian b. Menggunakan variabel Y Prokrastinasi Akademik	a. Menggunakan variabel <i>Self Regulated Learning</i> dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian b. Menggunakan variabel Y Prokrastinasi Akademik
2.	a. Menggunakan variabel Motivasi Belajar dan Regulasi Diri sebagai variabel penelitian b. Menggunakan variabel Y Prokrastinasi Akademik	a. Menggunakan variabel Motivasi Belajar dan <i>Self Regulated Learning</i> sebagai variabel penelitian b. Menggunakan variabel Y Prokrastinasi Akademik
3.	a. Menggunakan variabel Konformitas dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian b. Menggunakan variabel Y Prokrastinasi Akademik	a. Menggunakan variabel Konformitas Teman Sebaya dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian b. Menggunakan variabel Y Prokrastinasi Akademik
No.	Perbedaan	
	Penelitian Sebelumnya	Penelitian yang Dilakukan

1.	<p>a. Menggunakan variabel <i>Self Regulated Learning</i>, Pola Asuh Orang Tua dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian</p> <p>b. Tidak menggunakan variabel intervening</p> <p>c. Populasi penelitian mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Pengajaran pada tahun-tahun pendaftaran 2017-2018 IAIN Tulungagung</p>	<p>a. Menggunakan variabel <i>Self Regulated Learning</i>, Konformitas Teman Sebaya, Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian</p> <p>b. Terdapat variabel intervening yaitu Motivasi Belajar</p> <p>c. Populasi penelitian Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Angkatan 2017 Universitas Siliwangi</p>
2.	<p>a. Menggunakan variabel Motivasi Belajar, Perfeksionisme, Keaktifan Berorganisasi, Regulasi Diri dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian</p> <p>b. Terdapat variabel moderasi yaitu Regulasi Diri</p> <p>c. Tidak menggunakan variabel intervening</p> <p>d. Populasi penelitian siswa kelas X Program Keahlian Akuntansi SMK Negeri 2 Magelang tahun ajaran 2017/ 2018</p>	<p>a. Menggunakan variabel <i>Self Regulated Learning</i>, Konformitas Teman Sebaya, Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian</p> <p>b. Tidak menggunakan variabel moderasi</p> <p>c. Terdapat variabel intervening yaitu Motivasi Belajar</p> <p>d. Populasi penelitian mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Angkatan 2017 Universitas Siliwangi</p>
3.	<p>a. Menggunakan variabel Perfeksionisme, Konformitas,</p>	<p>a. Menggunakan variabel <i>Self Regulated Learning</i>, Konformitas</p>

<p>Media Sosial, Prokrastinasi Akademik dan <i>Academic Hardiness</i></p> <p>b. Terdapat variabel moderasi yaitu <i>Academic Hardiness</i></p> <p>c. Tidak menggunakan variabel intervening</p> <p>d. Populasi penelitian mahasiswa Pendidikan Ekonomi angkatan 2016 se-Kota Semarang</p>	<p>Teman Sebaya, Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik sebagai variabel penelitian</p> <p>b. Tidak menggunakan variabel moderasi</p> <p>c. Terdapat variabel intervening yaitu Motivasi Belajar</p> <p>d. Populasi penelitian mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Angkatan 2017 Universitas Siliwangi</p>
---	--

2.3 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan kerangka konseptual yang menghubungkan teori dengan variabel-variabel yang diteliti. Menurut Uma Sekaran dalam Sugiyono (2017:60) mengemukakan bahwa, “kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.”

Prokrastinasi akademik merupakan suatu perbuatan atau perilaku penundaan yang dilakukan dengan sengaja dan berulang-ulang pada berbagai jenis tugas akademik. Perilaku ini muncul karena respon individu yang menganggap tugas itu sebagai kegiatan yang tidak menyenangkan sehingga ia melakukan hal lain yang lebih menyenangkan sebagai sebuah bentuk penghindaran. Sebagaimana dijelaskan dalam *Reinforcement Theory* menurut Skinner dalam Ferrari (1995:26) “perilaku ada karena telah diperkuat.” Teori ini menekankan pada hukum pengaruh, dimana tingkah laku dengan konsekuensi positif cenderung untuk diulang sementara untuk tingkah laku dengan konsekuensi negatif cenderung tidak diulang. Menurut teori perilaku, siswa yang menunda-nunda mungkin memiliki sejarah telah menjadi penunda yang sukses,

atau setidaknya menemukan aktivitas yang lebih menguatkan dan menyenangkan daripada belajar.

Selanjutnya McCown dan Johnson menguji teori ini kepada siswa, untuk memeriksa apa yang mereka lakukan ketika menghindari tugas, tidak mengherankan, siswa terlibat dalam berbagai kegiatan yang mereka temukan lebih menguatkan daripada mengerjakan tugas. Siswa ekstrover cenderung bergaul dengan jumlah orang yang lebih banyak, sedangkan siswa introver cenderung lebih menyukai pengaturan yang lebih terisolasi. Sehingga dalam hal ini, prokrastinasi akademik siswa dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal) dan faktor dari dalam (internal). Faktor internal salah satunya yaitu faktor psikologis seperti kurangnya regulasi diri. Sedangkan faktor eksternal diantaranya yaitu kondisi lingkungan seperti lingkungan keluarga maupun lingkungan teman sebaya.

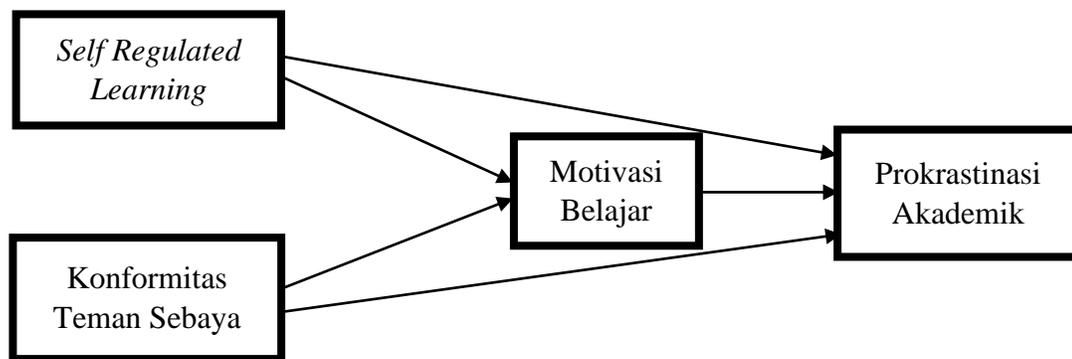
Faktor internal yang memengaruhi prokrastinasi akademik dalam penelitian ini yaitu *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* merupakan keadaan dimana individu dapat mengendalikan aktivitas belajarnya sendiri dengan menggunakan berbagai strategi. Mahasiswa dengan regulasi yang rendah mereka kurang mampu mengkondisikan dirinya, mereka kurang bisa mengatur waktu untuk belajar dan untuk bersenang-senang. Sehingga mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang rendah cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang dikategorikan sebagai insan dewasa seharusnya mampu mengatur dan mengelola dirinya sendiri agar dapat membuat skala prioritas dan mengalokasikan waktu dengan tepat sehingga dapat mengerjakan tugas mulai dari yang mendesak sampai yang tidak mendesak.

Faktor eksternal yang memengaruhi prokrastinasi akademik dalam penelitian ini yaitu konformitas teman sebaya. Konformitas merupakan kecenderungan individu dalam berperilaku mengikuti norma-norma kelompok. Mahasiswa membentuk kelompok dengan teman sebayanya dan melakukan hal-hal yang sesuai dengan norma kelompok untuk dapat diterima di lingkungannya. Apabila temannya malas untuk memulai dan mengerjakan tugas, maka individu juga cenderung menjadi malas. Konformitas seperti ini akan berdampak buruk dan menyebabkan prokrastinasi

akademik. Dalam hal ini, mahasiswa harus memiliki regulasi diri yang baik agar tidak terjerumus ke dalam konformitas pertemanan yang negatif.

Self-regulated learning penting untuk dimiliki oleh mahasiswa karena mahasiswa dengan regulasi diri yang baik mereka bisa mengatur diri serta membatasi diri untuk melakukan aktivitas yang kurang penting, regulasi diri yang baik juga akan mencegah pengaruh dari luar individu seperti konformitas teman sebaya yang negatif, sehingga individu tidak akan mengikuti perilaku buruk di dalam kelompok teman sebayanya jika dia memiliki regulasi diri yang baik. Dengan memiliki *self-regulated learning* yang baik, individu cenderung memiliki motivasi belajar yang tinggi untuk mengerjakan tugas, karena motivasi merupakan daya penggerak seseorang untuk melakukan sebuah tindakan.

Secara skematik kerangka pemikiran dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.1
Kerangka Berpikir

2.4 Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2017:64) “hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.”

Berdasarkan teori dan kerangka pemikiran di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari *self regulated learning* terhadap motivasi belajar
Ha : Terdapat pengaruh dari *self regulated learning* terhadap motivasi belajar
2. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap motivasi belajar
Ha : Terdapat pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap motivasi belajar
3. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik
Ha : Terdapat pengaruh dari *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik
4. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik
Ha : Terdapat pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik
5. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik
Ha : Terdapat pengaruh dari motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik
6. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik melalui motivasi belajar
Ha : Terdapat pengaruh dari *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik melalui motivasi belajar
7. Ho : Tidak terdapat pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik melalui motivasi belajar

Ha : Terdapat pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik melalui motivasi belajar