

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Prokrastinasi Akademik

2.1.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi adalah perilaku menunda, menangguhkan, memperpanjang terhadap tugas atau pekerjaan dan melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sehingga tugas atau pekerjaan menjadi terhambat dan tidak terselesaikan tepat waktu. Prokrastinasi yang terjadi dilingkungan akademik disebut prokrastinasi akademik. Melihat fenomena yang ada, prokrastinasi tampak sebagai sesuatu yang umum terjadi dalam dunia akademik. Peserta didik cenderung menghindari tugas yang menurutnya tidak menyenangkan, meskipun tampak sesuatu yang umum, namun sebenarnya prokrastinasi akademik merupakan hal yang merugikan.

Menurut Ghufron & Risnawita (2012: 150) Istilah prokrastinasi berasal dari Latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastius*” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya”.

Sedangkan menurut Glenn (Ghufron & Risnawita; 2012: 151) “prokratinasi berhubungan dengan berbagai sindrom-sindrom psikiatri. Seorang *procrastinator* biasanya juga mempunyai tidur yang tidak sehat, mempunyai depresi yang kronis, penyebab stress, dan berbagai penyimpangan psikologis lainnya”. Selain itu, prokrastinasi menurut Lopez (Ghufron & Risnawita; 2012: 151) “juga mempunyai pengaruh yang paradoksal terhadap bimbingan dan konseling”.

Adapun Silver (Ghufron & Risnawita; 2012: 152) “mengatakan seseorang yang melakukan prokrastinasi tidak bermaksud untuk menghindari atau tidak mau tahu dengan tugas yang dihadapi. Akan tetapi, mereka hanya menunda-nunda untuk mengerjakannya sehingga menyita waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. penundaan tersebut menyebabkan seseorang gagal menyelesaikan tugas tepat waktu”.

Ellis dan Knaus (Ghufron & Risnawita; 2012: 152) “mengatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan”.

dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Sementara itu, Millgram (Ghufron & Risnawita; 2012: 153) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah perilaku spesifik yang meliputi:

1. Suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas yang aktivitas
2. Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan, bahwa prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai sesuatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas.

2.1.1.2 Jenis-Jenis Tugas Pada Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Peterson (Ghufron dan Risnawita; 2012: 156) mengatakan bahwa ”seseorang dapat melakukan prokrastinasi hanya pada hal-hal tertentu saja atau pada semua hal. Jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh *procrastinator*, yaitu tugas pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor dan lainnya.”

Menurut Green (Ghufron & Risnawita; 2012: 157), “jenis tugas yang menjadi objek prokrastinasi akademik adalah tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik. Perilaku-perilaku yang mencerminkan penundaan dalam tugas akademik dipilah dari perilaku lainnya dan dikelompokkan menjadi unsur prokrastinasi akademik”.

Adapun Solomon dan Rothblum (Ghufron & Risnawita; 2012: 157) menyebutkan enam area akademik untuk melihat jenis-jenis tugas yang sering diprokrastinasi oleh pelajar, yaitu tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, kerja administratif, menghadiri pertemuan, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Tugas mengarang meliputi penundaan pelaksanaan kewajiban atau tugas-tugas menulis, misalnya menulis makalah, laporan, atau tugas mengarang

lainnya. tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan belajar untuk menghadapi ujian, misalnya ujian tengah semester, akhir semester, atau ulangan mingguan. Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan. Kerja tugas administratif, seperti menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta pratikum, dan sebagainya. Menghadiri pertemuan, yaitu penundaan maupun keterlambatan dalam menghadiri pelajaran, pratikum, dan pertemuan-pertemuan lainnya. Dan yang terakhir adalah penundaan dalam kinerja akademik secara keseluruhan yaitu menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

2.1.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Joseph Ferrari (2007 : 44) dalam Saraswati (2017: 212) “Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Faktor eksternal, yaitu faktor-faktor diluar individu yang ikut mempengaruhi kecenderungan timbulnya prokrastinasi pada individu, antara lain gaya pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan yang laten, kondisi lingkungan yang mendasarkan pada penilaian akhir, serta dukungan sosial”.

Zimmerma dalam Saraswati (2017: 213-214) ”Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kontrol diri, kesadaran diri, harga diri, keyakinan diri, motivasi akademik, kecemasan sosial dan dukungan sosial, keyakinan rasional dalam diri, dan gaya penyelesaian masalah yang berfokus pada masalah”.

Dari penjelasan yang telah dipaparkan sebelumnya dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri yaitu kondisi fisik, kondisi psikologis, kesadaran diri, harga diri, keyakinan dan motivasi.

Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri yaitu diantaranya seperti gaya pengasuhan orangtua dan kondisi lingkungan sosial.

2.1.1.4 Indikator Prokrastinasi Akademik

Ferrari (2007) (Ghufron dan Risnawita; 2012: 158) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan amati yaitu sebagai berikut:

1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi, dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.

2) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas

Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu, juga melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki.

3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang prokrastinator 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.

4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk

melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

2.1.2 Self Control

2.1.2.1 Definisi Self Control

Self control (kontrol diri) merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain dan menutupi perasaannya.

Calhoun dan Accocella (1990, Ghufon dan Risnawita; 2012: 22) mendefinisikan kontrol diri (*self control*) “sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri”. Goldfried dan Merbaum (1990, Ghufon dan Risnawita; 2012: 26) mendefinisikan “*Self control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. *self control* juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan”.

Sejalan dengan pendapat Ghufon dan Risnawati (2012:21-22) “ *Self control* merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dari lingkungannya. Selain itu juga, kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku,

kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain dan menguji perasaannya”

Self control individu sendiri yang menyusun standar bagi kinerjanya dan menghargai atau menghukum dirinya bila berhasil atau tidak berhasil mencapai tujuan tersebut. Kontrol eksternal orang lainlah yang menyusun standar dan memberi ganjaran atau hukuman. Tidak mengherankan bila *self control* dianggap sebagai suatu keterampilan berharga. Motivasi individu untuk mengatur kesan akan menguat apabila dalam situasi yang melibatkan tujuan-tujuan penting, seperti mengharapkan persetujuan atau imbalan materi. Selain itu, menurut Leary dan Kowalsky (Ghufron dan Risnawita; 2012:25) juga “apabila individu merasa tergantung kepada orang lain yang berkuasa untuk mengatur dirinya. Kondisi-kondisi seperti itu merupakan kondisi penekanan (*pressure condition*) bagi individu sehingga individu cenderung akan mengatur tingkah lakunya agar memberi kesan positif”.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka *self control* dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi *self control*, maka semakin intens pengendalian tingkah laku.

2.1.2.2 Jenis-Jenis *Self Control*

Block & Block ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*, *appropriate control* (Nur Ghufron & Risnawati, 2011 : 31).

- 1) *Over Control*, yaitu kontrol yang berlebihan dan menyebabkan seseorang banyak mengontrol dan menahan diri untuk bereaksi terhadap suatu stimulus.
- 2) *Under Control*, yaitu kecenderungan untuk melepaskan impuls yang bebas tanpa perhitungan yang masak.
- 3) *Appropriate control*, yaitu kontrol diri yang memungkinkan individu mengendalikan impulsnya secara tepat.

Kemampuan individu dalam mengendalikan diri memiliki tiga tingkatan yang berbeda-beda. Individu yang berlebihan dalam mengendalikan diri mereka yang

disebut dengan *over control*. Individu yang cenderung untuk bertindak tanpa berpikir panjang atau melakukan segala tindakan tanpa perhitungan yang matang (*under control*). Sementara individu yang memiliki pengendalian diri yang baik, yaitu individu yang mampu mengendalikan keinginan atau dorongan yang mereka miliki secara tepat (*appropriate control*).

2.1.2.3 Indikator *Self Control*

Berdasarkan konsep averill, terdapat 3 jenis kemampuan mengontrol diri yang meliputi 3 aspek. Averill menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol perilaku (*behaviour control*), kontrol kognitif (*kognitif control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). (Nur Gufron & Rini Risnawati, 2011 : 29-31)

1) Kontrol perilaku (*Behaviour control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu:

a) Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*).

Dalam menentukan Kemampuan mengatur (*regulated administration*), pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal.

b) Kemampuan mengatur stimulus (*stimulus modifiability*).

Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

2) Kontrol kognitif (*Cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen yaitu:

a) Memperoleh informasi (*information gain*).

b) Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan.

c) Melakukan penilaian (*appraisal*).

Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.

3) Mengontrol keputusan (*Decisional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. *Self control* dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

2.1.3 Konformitas Teman Sebaya

2.1.3.1 Definisi Konformitas Teman Sebaya

Konformitas teman sebaya adalah satu tuntutan yang tidak tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya namun memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada anggota kelompok tersebut (Zebua dan Nurdjayanti, 2001:73). “Pengaruh yang kuat dari kelompok teman sebaya membuat remaja rela melakukan tindakan atau mengubah kepercayaannya demi diakui dan menjadi bagian dari kelompok yang diinginkan”.

Berubahnya kepercayaan atau perilaku remaja dapat pula terjadi karena adanya persaan takut terhadap tekanan dari kelompok. Dalam hal ini Garrison (Susilowati, 2011:3) menjelaskan bahwa “remaja memiliki kecenderungan untuk melakukan tingkah laku yang sesuai dengan norma kelompok teman sebaya, yang dilakukan untuk menghindari hukuman, meskipun perilaku tersebut berbeda dengan keyakinannya sendiri”.

Hal-hal yang dipelajari remaja diluar lingkungan keluarganya dapat meliputi berbagai macam aspek yang mempengaruhi berbagai fisik dan mental remaja di masa depan. Konformitas teman sebaya dapat mempengaruhi perubahan remaja antara lain dalam hal penampilan, minat, sikap, serta perilaku.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas konformitas teman sebaya adalah suatu perubahan sikap dan tingkah laku individu sesuai dengan norma yang berlaku dalam kelompok yang anggotanya terdiri dari anak-anak yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama karena adanya keinginan untuk diterima dan menjadi bagian dari kelompok tersebut.

2.1.3.2 Aspek-Aspek Konformitas Teman Sebaya

Taylor, (2004 : 16-17) membagi tiga aspek konformitas teman sebaya, yaitu :

a. Kekompakan

Kekompakan adalah jumlah keseluruhan kekuatan yang membuat individu tertarik dan tetap ingin menjadi anggota dalam kelompok. Kekuatan yang dimiliki kelompok menyebabkan anak tertarik dan tetap ingin menjadi anggota kelompok. Eratnya hubungan anak dengan kelompok disebabkan perasaan suka antar anggota kelompok serta harapan memperoleh manfaat dari keanggotaannya. Adanya kekompakan yang tinggi menunjukkan semakin tinggi pula konformitas dalam kelompok.

1. Penyesuaian Diri

Masa pencarian identitas diri pada remaja akan membuat remaja ingin merasa dekat dan diakui anggota kelompok, maka akan semakin menyenangkan dan akan semakin menyakitkan bila anggota kelompok saling mencela. Penyesuaian dapat dilakukan dalam bentuk pemikiran, tingkah laku, gaya berpakaian, dll. Penyesuaian diri akan semakin besar bila individu memiliki keinginan yang kuat untuk menjadi anggota sebuah anggota kelompok tertentu.

2. Perhatian terhadap Kelompok

Kelompok akan menjauh bahkan mengeluarkan anggota kelompok yang dianggap sudah tidak kompak. Kekompakan tersebut akan dilihat dari sikap individu yang tidak menyimpang dari norma atau aturan kelompok. Penyimpangan tersebut akan menimbulkan risiko ditolak kelompok. Hal tersebut yang mengakibatkan adanya perhatian terhadap kelompok. Semakin tinggi perhatian seseorang dalam kelompok semakin serius tingkat rasa takutnya terhadap penolakan, dan semakin kecil kemungkinan untuk tidak menyetujui atau melanggar norma kelompok.

b. Kesepakatan

Pendapat kelompok yang sudah dibuat memiliki tekanan kuat, sehingga individu harus setia dan menyesuaikan pendapatnya dengan pendapat kelompok. Konsep diri individu dalam kelompok acuan akan menentukan perilaku konformitasnya.

1. Kepercayaan

Kepercayaan merupakan salah satu unsur penting dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya. Apabila individu sudah tidak mempunyai kepercayaan terhadap pendapat individu dan kelompok, maka hal tersebut dapat mengurangi ketergantungan individu terhadap kelompok.

2. Persamaan Pendapat

Persamaan pendapat anggota kelompok akan meningkatkan konformitas. Apabila dalam suatu kelompok terdapat satu orang saja tidak sependapat dengan anggota kelompok lain maka konformitas akan turun.

3. Penyimpangan terhadap Pendapat Kelompok

Apabila seseorang mempunyai pendapat yang berbeda dengan anggota lain dia akan dikucilkan dan dipandang sebagai orang yang menyimpang, baik

dalam pandangannya sendiri maupun dalam pandangan orang lain. Bila orang lain juga mempunyai pendapat yang berbeda, dia tidak akan dianggap menyimpang dan tidak akan dikucilkan. Jadi dapat disimpulkan bahwa orang yang menyimpang akan menyebabkan penurunan kesepakatan merupakan aspek penting dalam melakukan konformitas.

c. Ketaatan

Ketaatan merupakan bentuk pengaruh sosial yang terjadi ketika satu orang memerintahkan satu atau lebih orang untuk melakukan suatu tindakan. Tekanan atau tuntutan kelompok pada individu membuatnya rela melakukannya. Bila ketaatannya tinggi maka konformitasnya juga akan tinggi.

Aspek-aspek diatas digunakan sebagai indikator untuk mengukur konformitas. Aspek-aspek yang mempengaruhi konformitas dapat bervariasi. Ada “3 aspek yang mempengaruhi konformitas yaitu kekompakan, kesepakatan dan ketaatan” ketiganya memiliki peran kuat pada individu untuk berlaku konformitas pada sesama, sebab bermula dari kekompakan yang dimiliki maka terbentuklah kesepakatan –kesepakatan atas pedoman atau tata cara yang dilaksanakan individu sebagai kelompok itu sendiri dan mau tidak mau atas tekanan yang ada maka individu akan melakukan perilaku yang serupa dengan anggota-anggotanya.

2.1.3.3 Ciri-Ciri Konformitas Teman Sebaya

Menurut Sarwono (2005 : 18-19)) terdapat enam ciri-ciri konformitas yaitu:

- 1) Besarnya kelompok, kelompok yang kecil lebih memungkinkan melakukan konformitas dari pada kelompok yang lebih besar
- 2) Pilihan suara yang lebih mudah mempertahankan pendapat jika banyak kawannya
- 3) Komitmen umum, konformitas akan lebih mudah terjadi pada orang yang tidak mempunyai apa-apa.
- 4) Status, bila status individu dalam kelompok tidak ada maka individu akan melakukan konformitas agar dirinya dapat memperoleh status sesuai dengan harapannya.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa dapat dilihat adanya ciri-ciri konformitas yang mempengaruhi bagaimana individu tersebut untuk menginginkan jati diri lebih unggul daripada teman sebayanya maka dari itu untuk mengetahui adanya ciri-ciri konformitas dapat dilihat oleh orang-orang yang terdekat atau tertentu.

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Kajian empirik yang relevan merupakan kajian yang diperoleh dari observasi atau percobaan penelitian terlebih dahulu yang mengemukakan beberapa konsep yang relevan dan terkait dengan variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Beberapa studi empirik peneliti yang relevan yang menjadi acuan dalam penulisan penelitian ini antara lain adalah:

Tabel 2. 1
Hasil Penelitian yang Relevan

No	Judul	Sumber	Hasil Penelitian
1	Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang	Gufron, Rojil. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang 2014	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif yang signifikan ($r_{xy} = 0, -262$: sig = $0,018 < 0,05$) antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa IPA MAN Malang 1 Kota Malang
2	Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMAN 8 Banda Aceh	Miftahul Shidqi Rahmatillah 2021	Diperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0,447$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara konformitas dan prokrastinasi akademik yang berarti hipotesis yang diajukan diterima
3	Hubungan Antara Kontrol Diri dan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang	Ichdha Sausan Zahraningsih, Abdurrohimi, S. Psi, M.si 2019	Kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang diperoleh hasil korelasi ganda adalah $R = 0,544$, $F_{hitung} = 9,255$ dan nilai signifikansi $p = 0,00$ ($0,01$) artinya ada hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang

Persamaan dan perbedaan dari setiap penelitian pastinya selalu ada dalam penjelasan ini akan memuat persamaan dan perbedaan dari setiap penelitian yang dipaparkan dalam tabel 2.1 tentang penelitian yang relevan. Persamaan penelitian dari Penelitian Gufron, Rojil. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang 2014 yaitu pada variabel yaitu *self control* dan prokrastinasi akademik. Perbedaan dengan penelitian ini ada pada subjek penelitian yaitu siswa SMA IPA sedangkan penelitian ini yaitu pada siswa SMA jurusan IPS.

Persamaan penelitian dengan penelitian Miftahul Shidqi Rahmatillah 2021 yaitu Variabel yang digunakan adalah konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik, selanjutnya persamaan pada subjek yaitu siswa SMA. Perbedaan pada penelitian yaitu pada hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik, sedangkan pada penelitian ini terdapat hubungan yang negatif antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik.

Persamaan penelitian dengan penelitian Ichdha Sausan Zahraningsih, Abdurrohim, S. Psi, M.si 2019 yaitu pada subjek penelitian yaitu siswa SMA, pada judul yang diambil yaitu variabel control diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik siswa. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling* sedangkan penelitian ini menggunakan sampel jenuh.

Berdasarkan Tabel 2.1 bahwa penelitian-penelitian terdahulu memiliki perbedaan dan persamaan dengan penelitian penulis, namun faktor yang diidentifikasi permasalahannya masih sama yaitu prokratinasi akademik. Perbedaan dari penelitian yang dilakukan penulis dengan peneliti terdahulu yaitu terletak pada lokasi penelitian, dan subjek yang akan diteliti. Untuk itu diharapkan penelitian yang dilakukan penulis dapat mencapai tujuan yang diharapkan dan dapat membantu meningkatkan prestasi belajar.

2.3 Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan suatu gambaran konsep variabel yang menjelaskan secara garis besar atau logika berjalannya sebuah penelitian. Lebih lanjut menurut Uma Sekaran dalam Sugiyono (2018: 60) mengemukakan bahwa “Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting”

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan penundaan mulai mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang. Salah satu alasan yang paling dominan mengapa peserta didik menunda-nunda mengerjakan tugas akademik adalah menganggap tugas tersebut sulit. Hal ini akan berdampak buruk pada prestasi belajar peserta didik di sekolah. Sejalan dengan teori behavioral-kognitif menurut Ferrari dan Ollivete dalam Anggraeni & Widayani (2008: 8-9) bahwa “Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan dan irasional yang dimiliki seseorang. Keyakinan irasional dapat disebabkan oleh suatu kesalahan dalam mempresepsikan tugas. Seseorang memandang tugas tersebut sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan”. Oleh karena itu, seseorang merasa tidak mampu menyelesaikan tugasnya secara memadai, sehingga menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas tersebut. Selain itu keyakinan irasional juga disebabkan oleh ketakutan yang berlebihan untuk gagal (*fear of failure*). Menurut Joseph Ferrari (Saraswati, 2017: 212) “Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan dua macam yaitu, pengaruh internal dan pengaruh eksternal. Pengaruh faktor internal merupakan pengaruh yang berasal dalam diri individu, sedangkan pengaruh faktor eksternal merupakan pengaruh yang berasal dari luar individu atau lingkungan”. Dari dua hal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik ini, penulis mengambil pengaruh *self control* sebagai pengaruh dari faktor internal. Dan pengaruh konformitas teman sebaya merupakan faktor eksternal yang berasal dari lingkungan luar.

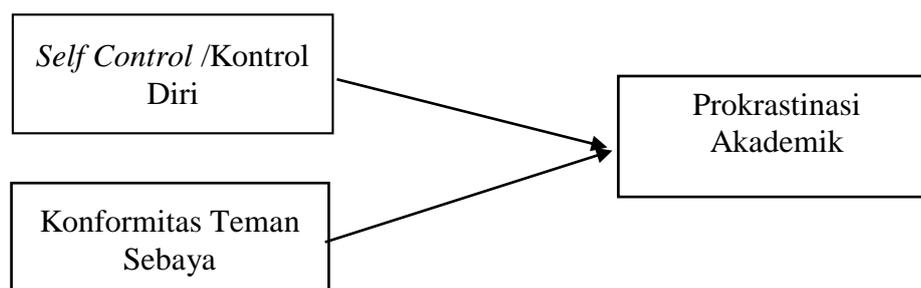
Tindakan prokrastinasi akademik ini yang dipengaruhi dari dalam diri individu yaitu *self control* atau kontrol diri merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah

laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi *self control*, maka semakin intens pengendalian tingkah laku. Menurut Calhoun dan Accocella (1990, Ghufro dan Risnawita; 2012: 22) mendefinisikan kontrol diri (*self control*) “sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri”. Rendahnya *self control* menyebabkan peserta didik melakukan prokrastinasi akademik, timbulnya rasa malas dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru. Sebagai peserta didik yang memiliki kewajiban untuk belajar, jika peserta didik memiliki *self control* yang baik akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku sehingga dapat menghindari prokrastinasi akademik. Sebaliknya, jika peserta didik memiliki *self control* yang rendah, maka peserta didik cenderung melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya dibandingkan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Selain *self control* yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yang berasal dari dalam diri individu, faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah lingkungan teman sebaya atau konformitas. Konformitas adalah perubahan sikap dan perilaku yang terjadi pada seseorang sebagai usaha untuk menyesuaikan diri dengan norma dan etika yang ada pada orang lain atau pada suatu kelompok. Konformitas teman sebaya merupakan tindakan secara sukarela yang dilakukan oleh individu karena adanya faktor orang lain yang juga melakukan hal yang sama. Peserta didik akan membentuk kelompok dengan teman sebaya dan melakukan konformitas atau melakukan hal-hal yang sesuai dengan norma kelompok untuk dapat diterima dalam lingkungannya. Apabila *peer group* malas untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik, maka individu juga cenderung untuk menjadi malas dalam memulai dan menyelesaikan tugas. Konformitas seperti ini yang akan berdampak buruk bagi peserta didik dalam menyelesaikan tugas akademiknya. Konformitas yang tinggi pada *peer group* di lingkungan sekolah akan berdampak pada perilaku peserta didik dalam melakukan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik. Apabila dalam suatu *peer group* melakukan penundaan atau prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas, peserta didik cenderung untuk mengikuti

perilaku tersebut. Peserta didik akan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan bersama teman kelompoknya dibanding segera menyelesaikan tugasnya. Hal tersebut dilakukan peserta didik karena adanya konformitas pada kelompok untuk dapat diterima dan menghindari celaan dari kelompoknya. Peserta didik yang memiliki tingkat konformitas yang lebih rendah mampu mengontrol dan menyelesaikan diri pada lingkungannya sehingga tidak mudah terpengaruh pada ajakan kelompok. Hal ini yang juga dapat menghindarkan peserta didik dari perilaku menunda-nunda tugas sekolah ataupun kegiatan akademik lain. Peserta didik akan dapat lebih fokus terhadap tugas-tugas akademik dan memperoleh hasil yang lebih maksimal dalam sekolahnya karena memiliki tingkat prokrastinasi yang cenderung rendah.

Dari kerangka pemikiran di atas dapat di gambarkan paradigma penelitian sebagai berikut :



Gambar 2. 1
Kerangka Pemikiran

2.5 Hipotesis

Hipotesis merupakan asumsi sementara mengenai hasil penelitian yang akan diteliti, sebelum penelitian dilakukan. Ini selaras dengan pendapat Sugoyono (2018:99) mengatakan bahwa:

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban

teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.

1. H_0 = Tidak terdapat hubungan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik pada peseta didik

H_a = Terdapat hubungan antara *self control* dengan prokrastinasi akademik pada peserta didik.

2. H_0 = Tidak terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada peserta didik.

H_a = Terdapat hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada peseta didik

3. H_0 = Tidak terdapat hubungan antara *self control* dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada peseta didik

H_a = Terdapat hubungan antara *self control* dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada peseta didik