

Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik

Novita Alya Ananti¹, Siti Aulia Rahmah², Vazha Dwi Putri³, Lucky Purwantini⁴

¹⁻⁴ Universitas Islam "45" Bekasi

Email : ¹novitaalya08@gmail.com ²sitiaulia.rahmah03@gmail.com ³vazhadwip@gmail.com
⁴purwantini.lucky@gmail.com

Alamat : Universitas Islam 45 Jl. Cut Mutia Bekasi, Indonesia

Korespondensi : novitaalya08@gmail.com

Abstract. *Academic procrastination, the act of delaying academic tasks, is prevalent among students, as evidenced by the research of Solomon and Rothblum (1984) and Knaus (2002). Factors such as self-control and conformity influence this procrastination. This study, involving 143 psychology students from semesters 1, 3, & 5 at Universitas Islam 45 Bekasi, employs a quantitative correlational method. The results of the linearity test indicate a significant relationship between self-control and academic procrastination ($p < 0.05$), but no significant linear relationship between conformity and academic procrastination. Consequently, it is concluded that there is a correlation between self-control and academic procrastination in these students.*

Keywords: *Students, academic procrastination, selfcontrol, conformity.*

Abstrak. Prokrastinasi akademik, tindakan menunda-nunda tugas-tugas akademik, banyak terjadi pada mahasiswa, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian Solomon dan Rothblum (1984) serta Knaus (2002). Faktor-faktor seperti kontrol diri dan konformitas memengaruhi prokrastinasi ini. Penelitian ini, yang melibatkan 143 mahasiswa psikologi semester 1, 3, & 5 Universitas Islam 45 Bekasi, menggunakan metode kuantitatif korelasional. Hasil uji linearitas menunjukkan hubungan signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi ($p < 0,05$), namun tidak ada hubungan linear signifikan antara konformitas dan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tersebut.

Kata kunci: Mahasiswa, prokrastinasi, kontrol diri, konformitas.

LATAR BELAKANG

Mahasiswa merupakan orang-orang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Namun, seringkali mahasiswa mengalami kendala dalam mengerjakan dan menuntaskan tugas-tugasnya, mulai dari tugas harian, makalah, hingga skripsi. Mahasiswa kerap dituntut untuk aktif dan ikut serta dalam organisasi lain yang memberikan manfaat positif bagi mahasiswa dalam bidang non akademik. Salah satu penyebab adanya kendala dalam mengerjakan dan menuntaskan tugas adalah prokrastinasi akademik. Menurut Latipun(Saifuddin, 2020) variabel adalah sebuah konstruk yang bervariasi yang dapat memiliki bermacam nilai tertentu. Prokrastinasi akademik adalah suatu tindakan untuk menunda-nunda mengerjakan atau menuntaskan tugas akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (1984), diketahui bahwa 50% sampai 90% terjadi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Knaus (2002) menemukan bahwa 95% mahasiswa di AS dengan sengaja menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas, dan 70% mahasiswa tergolong sering melakukan prokrastinasi.

Prokrastinasi akademik juga terjadi di kalangan mahasiswa di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Sari dalam (Susanti & Nurwidawati, 2014) menunjukkan bahwa 48,5 % dari 66 subjek mahasiswa salah satu Perguruan Tinggi di Sumatera Utara melakukan prokrastinasi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Elly Susanti & Desi Nurwidawati (2014) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dimana variabel kontrol diri memberikan sumbangan 48,5% terhadap terjadinya prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa. Berdasarkan hasil penelitian Risma Widyaningrum & Tanti Susilarini (Widyaningrum & Susilarini, 2021) juga menyatakan bahwa variabel prokrastinasi akademik dengan kontrol diri memiliki kontribusi yang cukup besar dengan dominan yaitu 57,7%.

KAJIAN TEORITIS

Prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku atau perbuatan penundaan seseorang untuk memulai atau menyelesaikan sebuah tugas yang sengaja dilakukan dan berulang-ulang dengan melakukan kegiatan lain yang tidak diperlukan. Menurut Milgram Prokrastinasi adalah perilaku spesifik yang meliputi suatu perilaku yang melibatkan penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas dan aktivitas yang menghasilkan akibat-akibat yang lebih jauh. Menurut Milgram, (Milgram et al., 1988) terdapat 4 aspek yang meliputi prokrastinasi akademik, yaitu: melibatkan unsur penundaan, menghasilkan akibat-akibat yang lebih jauh, melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai tugas yang penting tetapi tidak segera untuk menyelesaikannya, menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan. Ferrari (Azzahra, 2019) mengungkapkan faktor penyebab prokrastinasi akademik diantaranya: a.) Faktor internal: Kondisi fisik (kelelahan), Kondisi Psikologis (ketidaktertarikan individu pada tugas, kepribadian perfeksionis, percaya diri terlalu rendah, takut sukses atau gagal, ragu-ragu, dan *locus of control external*, rendahnya *Self-efficacy*). b.) Faktor Eksternal: Kurang tersedianya alat, Kurang informasi tentang tugas, Banyaknya tugas, Tempat tidak nyaman.

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi, mengatur, menentukan dan mengarahkan perilaku kearah konsekuensi positif. Menurut Averill Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam (Widyaningrum & Susilarini, 2021) mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu Tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Averill (Averill, 1973) dalam aspek-aspek kontrol diri secara umum dibedakan atas tiga kategori utama: mengontrol perilaku (*behavioral control*), mengontrol pikiran

(*cognitive control*), mengontrol keputusan (*decision control*). Menurut Ghufron & Risnawati (Syaifulloh et al., 2021) membagi factor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 yaitu: 1.)Faktor internal:Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Dimana semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik juga kemampuan mengontrol diri seseorang itu dari diri individu, 2.)Faktor eksternal:Faktor eksternal ini diantaranya adalah keluarga. Lingkunga keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri. Jika orangtua menerapkan disiplin kepada anaknya dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anaknya bila menyimpang dari yang ditetapkan maka sikap konsisten ini akan menjadi kebiasaan sang anak untuk mengontrol dirinya.

Konformitas adalah respon individu terhadap pengaruh sosial yang mendorong mereka untuk sesuai norma-norma yang ada dalam lingkungan sosial mereka, baik norma yang nyata maupun yang dianggap ada sehingga dapat mencakup perubahan dalam perilaku, keyakinan atau sikap individu. Menurut Baron & Byrne Konformitas adalah suatu bentuk pengaruh sosial dimana individu mengubah sikap atau perilakunya agar sesuai dengan norma kelompok atau sosial dilingkungannya. Aspek konformitas menurut Baron dan Byrne (Baron et al., 1996) yaitu: aspek normatif, aspek informasional. Menurut Sears (Panzola & Taufik, 2022)menyebutkan ada empat faktor yang mempengaruhi konformitas, yaitu: rasa terhadap celaan sosial, rasa takut terhadap penyimpangan, kekompakan kelompok, keterikatan pada penilaian bebas.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian dan teknik sampling yang digunakan

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 143 mahasiswa mahasiswi Psikologi Semester 1, 3, &5 Universitas Islam 45 Bekasi. Teknik sampling yang digunakan adalah *random sampling* dimana peneliti menyebar kuesioner kepada mahasiswa mahasiswi yang ada di psikologi Universitas Islam 45 Bekasi.

Teknik pengumpulan data dan Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner dengan skala psikologi menggunakan acuan jawaban skala Likert. Tes psikologi adalah suatu perangkat instrumen yang disusun dengan prosedur sistematis untuk digunakan sebagai alat ukur atribut psikologi manusia, khususnya atribut non-fisik. Pada dasarnya tes psikologi berisikan pertanyaan-pertanyaan yang harus dilakukan oleh orang yang dites, sehingga pernyataan atau

respon terhadap perintah tersebut dapat diperoleh deskripsi dan kesimpulannya (Azwar, 2022). Instrumen penelitian yang digunakan mengacu pada skala prokrastinasi akademik menurut Millgram (1998) dengan aspek: melibatkan unsur penundaan, menghasilkan akibat-akibat yang lebih jauh, melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai tugas yang penting tetapi tidak segera untuk menyelesaikannya, menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan; skala kontrol diri menurut Averil dengan aspek: mengontrol perilaku (*behavioral control*), mengontrol pikiran (*cognitive control*), mengontrol keputusan (*decision control*); serta skala konformitas menurut Baron dan Byrne (2005) yaitu: aspek normatif, aspek informasional. Kualitas instrumen penelitian ini menggunakan uji validitas isi dan validitas konstruk, untuk validitas isi variabel prokrastinasi akademik memiliki aiken's terendah 0,63 dan tertinggi 1,00; variabel kontrol diri memiliki nilai aiken's terendah 0,75 dan tertinggi 1,00; variabel konformitas memiliki nilai aiken's tertinggi 0,69 dan tertinggi 0,8.

Teknik analisis data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi logistik biner yang dilakukan dengan bantuan SPSS (Statistical Package for Social Science) for Windows. Analisis regresi logistik biner adalah teknik statistik yang digunakan untuk mempelajari hubungan dan pengaruh variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y. Berdasarkan hubungan tersebut maka akan diperoleh model terbaik yang akan menggambarkan pengaruh variabel X1 dan X2 terhadap variabel Y.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil pengujian deskriptif

Dalam penelitian ini subjek penelitian dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa dari 143 mahasiswa/i Universitas Islam 45 Bekasi Prodi Psikologi Semester 1, 3, & 5 yang dipilih secara acak yang mendominasi adalah perempuan dengan jumlah 110 (77%) dibandingkan laki-laki yang hanya berjumlah 33 orang (23%) serta yang mendominasi subjek adalah yang berusia 20 tahun yaitu sebanyak 46 orang dan mengikuti organisasi sebanyak 118 orang (82,5%).

Dari hasil uji deskriptif didapatkan bahwa prokrastinasi akademik dengan 145 respon kami mendapatkan skor minimal 56 dan skor maksimal 139 serta juga terdapat kategorisasi rendah sebanyak 28 orang (19,6%), sedang 88 orang (61,5%) dan tinggi 27 orang (18,9%). Sedangkan untuk kontrol diri mendapatkan skor minimal 51 dan skor maksimal 84 untuk kategorisasi rendah terdapat 79 orang (55,2%) dan rendah 64 orang (44,8%). Kemudian

konformitas mendapatkan skor minimum 28 dan skor maksimum 44 mendapatkan kategorisasi rendah sebanyak 100 orang (100%).

2. Hasil pengujian asumsi

Dalam uji asumsi terdapat beberapa uji yang harus dipenuhi yaitu uji asumsi normalitas dan uji asumsi linearitas. Uji asumsi ini dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS.25 (*Statistic Program for Social Science*) for Windows. Uji normalitas adalah uji yang digunakan untuk peneliti berasal dari masyarakat dengan populasi yang berdistribusi normal. Menurut Siregar tujuan uji normalitas untuk mengetahui apakah variabel lain dalam model regresi berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov Smirnov yang diolah menggunakan SPSS versi 25. pengambilan kesimpulan hasil uji normalitas dapat dilihat:

- 1) jika nilai signifikan $> 0,05$, maka sampel dinyatakan berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
- 2) jika nilai signifikan $< 0,05$, maka sampel dinyatakan berasal dari populasi yang tidak normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		143
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	15.04557778
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.044
	Negative	-.024
Test Statistic		.044
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Berdasarkan hasil output nilai signifikansi Asymp.Sig (2-tailed) sebesar 0,20 lebih besar dari 0,05 maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas kolmogrov-smirnov dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi atau persyaratan normalitas dalam model regresi terpenuhi.

Uji linieritas bertujuan untuk membuktikan apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel tergantung. Dikatakan suatu variabel linear mengacu pada kaidah dimana nilai $p < 0,05$. Berdasarkan hasil perhitungan uji linieritas yang telah dilakukan peneliti mendapatkan nilai signifikan $0,00 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik, berdasarkan nilai F hitung diperoleh $1,27 < F \text{ tabel } 2,67$ karena nilai Fhitung lebih kecil dari nilai Ftabel maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear secara signifikan antara variabel kontrol diri (X1) dengan prokrastinasi akademik (Y).

Menurut Milgram, N. A, Sroloff B, & Rosenbau, M. (Syaifulloh et al., 2021) terdapat 4 aspek yang meliputi prokrastinasi akademik, yaitu: melibatkan unsur penundaan, menghasilkan akibat-akibat yang lebih jauh, melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai tugas yang penting tetapi tidak segera untuk menyelesaikannya, menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan. Ferrari mengungkapkan faktor penyebab prokrastinasi akademik diantaranya: a.) Faktor internal: Kondisi fisik (kelelahan), Kondisi Psikologis (ketidaktertarikan individu pada tugas, kepribadian perfeksionis, percaya diri terlalu rendah, takut sukses atau gagal, ragu-ragu, dan *locus of control external*, rendahnya *Self-efficacy*). b.) Faktor Eksternal: Kurang tersedianya alat, Kurang informasi tentang tugas, Banyaknya tugas, Tempat tidak nyaman.

Berdasarkan hasil uji linearitas variabel konformitas dengan prokrastinasi akademik diperoleh nilai signifikan yaitu $0,681 > 0,05$ dimana hasil tidak sesuai dengan ketentuan $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan linear secara signifikan antara variabel konformitas dengan prokrastinasi akademik. Menurut Baron & Byrne (Cinthia & Kustanti, 2017) Konformitas adalah suatu bentuk pengaruh sosial dimana individu mengubah sikap atau perilakunya agar sesuai dengan norma kelompok atau sosial dilingkungannya. Aspek konformitas menurut Baron dan Byrne (2005) yaitu: aspek normatif, aspek informasional. Menurut Sears (2004) menyebutkan ada empat faktor yang mempengaruhi konformitas, yaitu: rasa terhadap celaan sosial, rasa takut terhadap penyimpangan, kekompakan kelompok, keterikatan pada penilaian bebas.

3. Hasil pengujian hipotesis

Hipotesis dalam penelitian diterima apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,05$) dan dari hasil tersebut diketahui bahwa variabel kontrol diri dengan variabel prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang signifikan. Namun pada variabel konformitas ditemukan nilai signifikansi 0,757 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara variabel konformitas dengan variabel prokrastinasi akademik.

Nilai koefisien determinasi atau R square adalah 0,409. Besarnya angka koefisien determinasi (R Square) adalah 0,409 atau sama dengan 40,9% ini berarti variabel kontrol diri (X1) berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik (Y) sebesar 40,9%. Sedangkan sisanya ($100\% - 40,9\% = 59,1\%$) dipengaruhi oleh variabel lain diluar variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini yang turut berperan dalam terjadinya prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi Semester 1, 3, & 5.

DISKUSI

Uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi kontrol diri sebesar 0,00 ya memiliki arti adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik, sedangkan nilai signifikansi konformitas sebesar 0,757 memiliki arti bahwa tidak ada hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik.

Adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh (Chisan & Jannah, 2021), penelitian ini menguji hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa adanya hubungan signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dimana semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki maka perilaku prokrastinasi semakin rendah, begitu pula sebaliknya jika semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Steel (Rahmaniah, 2019) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa aspek, salah satu diantara aspek yang paling melekat dengan prokrastinasi akademik adalah kontrol diri. dalam penelitiannya, Aini dan Mahardayani juga menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi yang bersifat negatif. Artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh individu maka semakin rendah perilaku prokrastinasi yang dilakukan, begitu sebaliknya. Menurut Lindner et al (Wahyu Tri Utami & Tri Ratna Pamikatsih, 2023), kontrol diri merupakan kemampuan individu yang digunakan untuk mengatur perasaan, pikiran, serta tindakan pada dirinya sendiri terhadap tindakan yang tidak sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Adanya hubungan signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh (Lestari & Dewi, 2018), peneliti ini menguji hubungan antara efikasi diri dan kontrol diri dengan prokrastinasi skripsi pada mahasiswa FIP Unesa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kontrol diri dengan prokrastinasi dalam penelitian bersifat negatif dimana semakin rendah perilaku kontrol diri pada mahasiswa maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi yang muncul. Mahasiswa yang tidak mampu mengontrol perilakunya, dan lebih memilih aktivitas yang menyenangkan maka perilaku prokrastinasinya muncul. Menurut Averill (Sulistiyani & Wibowo, 2022) kontrol diri merupakan kontrol personal, dimana kontrol diri memiliki kemampuan-kemampuan yaitu mahasiswa memiliki kemampuan mengontrol perilakunya, kemampuan dalam mengontrol pikirannya, dan kemampuan dalam mengambil keputusan pada suatu tindakan. Berdasarkan kemampuan-kemampuan tersebut mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi, maka mahasiswa mampu mengontrol perilakunya untuk segera menyelesaikan tugasnya. Mahasiswa (Karademir,

2023) yang tidak memiliki kemampuan dalam mengontrol atau mengatur perilakunya, maka kemampuan-kemampuan mahasiswa termasuk rendah sehingga tidak bisa menyelesaikan tugasnya dengan tepat waktu.

Prokrastinasi tidak selamanya memiliki hasil yang bersifat negatif, ada juga prokrastinasi yang bersifat positif, faktor-faktor negatif yang menimbulkan mahasiswa cenderung melakukan penundaan saat menyusun tugasnya (Krisnadi & Susilawati, 2019). Prokrastinasi negatif seperti mahasiswa lebih memilih aktivitas yang menyeangkan dibandingkan menyelesaikan tugasnya. Prokrastinasi yang bersifat positif mahasiswa melakukan penundaan karena ada tujuan lain seperti waktu berkurang untuk menyelesaikan tugasnya karena mengumpulkan informasi yang dibutuhkan agar lebih akurat.

Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik (Avico & Mujidin, 2014). Dalam penelitian Rico Septian Avico Semakin tinggi konformitas maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah konformitas maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa Provinsi Bengkulu yang Bersekolah di Yogyakarta. Konformitas memberikan sumbangan efektif sebesar 31,8% terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Provinsi Bengkulu yang bersekolah di Yogyakarta, sedangkan 68,2% dipengaruhi oleh faktor lain diluar konformitas. Mayoritas mahasiswa Bengkulu yang bersekolah di Yogyakarta melakukan konformitas sebesar 55% (33 mahasiswa) dalam kategori sedang, dan mayoritas mahasiswa Bengkulu yang bersekolah di Yogyakarta melakukan prokrastinasi 36,61% (22 mahasiswa) dalam kategori rendah. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik mempunyai kecenderungan tidak mampu menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah tempat waktu (Faozi & Muslikah, 2022). Dalam penelitian lain (Astuti & Hayati, 2022) juga didapati hasil bahwa konformitas mempunyai hubungan negatif dimana semakin rendah konformitas maka semakin tinggi prokrastinasi akademinya.

Menurut Burkan dan Yuen (Imansyah & Setyawan, 2018) seorang prokrastinator secara tidak sadar akan selalu mengulangi penundaan yang dilakukan. Pada saat seorang prokrastinator diberi atau mendapatkan tugas, prokrastinator akan menganggap tugas tersebut merupakan hal yang mudah dan mampu mengerjakan dengan baik walaupun tidak segera dikerjakan langsung pada saat itu juga. Seorang prokrastinator (Asani, 2023) cenderung akan mengerjakan tugas secara spontan atau mendekati deadline pengumpulan tugas sehingga akan terjebak dalam lingkaran prokrastinasi. Hal ini tentunya berdampak negatif dan dapat menjadikan sebuah kebiasaan yang buruk bagi para pelakunya.

Keterbatasan peneliti saat melakukan penelitian ini adalah dimana data yang dikumpulkan menggunakan metode kuesioner *online* melalui *google form*, yang seharusnya peneliti dapat memberikan langsung kuesioner kepada para responden supaya mendapatkan interaksi secara langsung ketika para responden mengisi kuesioner. Penelitian ini juga dilakukan dengan jangka waktu yang pendek dan kurangnya pendalaman secara teoritis yang dapat memperkaya hasil penelitian dan peneliti itu sendiri. Peneliti menyadari hal ini karena keterbatasan waktu dan kegiatan lain yang membutuhkan waktu dan pemikiran.

KESIMPULAN & SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji linearitas variabel konformitas dengan prokrastinasi akademik diperoleh nilai signifikan yaitu $0,681 > 0,05$ dimana hasil tidak sesuai dengan ketentuan $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan linear secara signifikan antara variabel konformitas dengan prokrastinasi akademik. Akan tetapi terdapat nilai yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi yaitu $0,00 < 0,05$ hal ini sesuai dengan ketentuan $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi antara variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akan tetapi sebaliknya hubungan prokrastinasi dan konformitas tidak memiliki hubungan yang signifikan pada mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi prodi Psikologi semester 1, 3, & 5.

Saran

Beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat hasil penelitian, adapun saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Adanya informasi ini diharapkan mahasiswa dapat lebih meningkatkan kemampuan untuk mengontrol dirinya terutama dalam hal mengontrol perilaku, mengontrol kognitif, serta mengontrol keputusannya agar dapat menghindari melakukan prokrastinasi akademik.

2. Bagi Institusi dan Lembaga Pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan agar mampu dijadikan sebagai pedoman oleh Institusi maupun Lembaga Pendidikan dalam mengatur program-program agar prokrastinasi akademik yang terjadi dikalangan siswa maupun mahasiswa di Indonesia dapat berkurang. sesuai dengan yang diungkapkan oleh Sarwono (2001), dimana konformitas

tidak selalu mengarah kepada hal negatif dan banyak menimbulkan hal positif, Institusi maupun lembaga pendidikan dapat membuat program-program belajar secara berkelompok, dimana dengan program berkelompok tersebut diharapkan individu dapat meningkatkan akademiknya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti tentang psikologi pendidikan terutama prokrastinasi akademik diharapkan terus berkembang. Tingginya tingkat prokrastinasi akademik yang telah dipaparkan oleh penelitian sebelumnya, diharapkan semakin mendalamnya penelitiannya tentang prokrastinasi akademik maka dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik yang ada. Kedepannya diharapkan penelitian selanjutnya untuk lebih mendetail dalam mengkategorikan subjek penelitiannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan tidak mengurangi rasa hormat, kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Lucky Purwantini, S.Psi., M.Psi. selaku dosen yang membimbing kami hingga penelitian ini selesai. Tidak lupa juga terima kasih kepada rekan-rekan yang telah turut memberikan kontribusi dalam penyusunan penelitian kali ini. Tentunya penelitian ini tidak akan bisa selesai dengan maksimal jika tidak mendapat dukungan dari berbagai pihak. Sebagai penyusun, kami menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dan mungkin juga kesalahan yang disengaja maupun tidak sengaja mulai dari penyusunan penelitian hingga tata bahasa dalam menyampaikan penelitian ini. Oleh karena itu, kami dengan rendah hati menerima dengan terbuka dan lapang dada atas saran dan kritik dari pembaca agar kami dapat memperbaiki penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Asani, F. R. (2023). The Role of Self-Control on Academic Procrastination: A Literature Review. *12 Waiheru*, 9(1), 45–50. <https://doi.org/10.47655/12waiheru.v9i1.108>
- Astuti, R., & Hayati, R. (2022). The Relationship of The Conformity of People With the Procrastination of Students in SMP Swasta Karya Jaya Tanjung Morawa. *Literasi Nusantara*, 2(3), 812–819.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Avico, R. S., & Mujidin. (2014). HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BENGKULU YANG BERSEKOLAH DI YOGYAKARTA. *Jurnal Fakultas PSikologi*, 2(2), 62–65.
- Azwar, S. (2022). *Tanya-Jawab Seputar TES PSIKOLOGI* (pertama). PUSTAKA PELAJAR.

- Azzahra, A. (2019). Hubungan Antara Konformitas dan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 93–99. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i1.4710>
- Baron, R. S., Vandello, J. A., & Brunsman, B. (1996). The forgotten variable in conformity research: Impact of task importance on social influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 915–927. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.5.915>
- Chisan, F. K., & Jannah, M. (2021). HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS. *Jurnal Penelitian Psikologi Belajar*, 8(5), 1–10.
- Cinthia, R. R., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Empati*, 6(April), 31–37.
- Faozi, M. R., & Muslikah, M. (2022). The Relationship of Peer Conformity and Self-Regulation with Academic Procrastination on College Students who are Preparing a Thesis. *Pedagonal: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(2), 211–220. <https://doi.org/10.55215/pedagonal.v6i2.5647>
- Imansyah, Y., & Setyawan, I. (2018). Peran Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Laki-Laki MA Boarding School Al-Irsyad. *Jurnal Empati*, 7(4), 233–237.
- Karademir, Ç. (2023). *The Relationship between Self-Control and General Procrastination in University Students : The Mediating Role of Optimism*.
- Krisnadhi, M. A. D., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran konformitas teman sebaya dan dukungan sosial orangtua terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 183–194. [http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1586164&val=4934&title=Peran konformitas teman sebaya dan dukungan sosial orangtua terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana](http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1586164&val=4934&title=Peran%20konformitas%20teman%20sebaya%20dan%20dukungan%20sosial%20orangtua%20terhadap%20prokrastinasi%20akademik%20mahasiswa%20Program%20Studi%20Sarjana%20Psikologi%20Fakultas%20Kedokteran%20Universitas%20Udayana)
- Lestari, P. V., & Dewi, D. K. (2018). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN KONTROL DIRI DENGAN PROKRASTINASI SKRIPSI PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3).
- Milgram, N. A., Sroloff, B., & Rosenbaum, M. (1988). The procrastination of everyday life. *Journal of Research in Personality*, 22(2), 197–212. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(88\)90015-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(88)90015-3)
- Panzola, N. F., & Taufik, T. (2022). Hubungan Konformitas Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di Era New Normal. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 6(2), 46–51. <https://doi.org/10.24036/4.11693>
- Rahmaniah. (2019). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMP Negeri 1 Tanete Riaja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 11,17. <https://jurnal.stkipmb.ac.id/index.php/bkmb/article/view/52>
- Saifuddin, A. (2020). *PENYUSUNAN SKALA PSIKOLOGI* (Pertama). KENCANA.
- Sulistiyani, T., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). *Jurnal Riset Psikologi*, 5(3), 67–76.

- Susanti, E., & Nurwidawati, D. (2014). HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNESA. *Program Studi Psikologi Unesa*, 02(3), 1–7.
- Syaifulloh, Yusuf, Susanti, S., & Mardi. (2021). PERAN KONTROL DIRI DALAM MOTIVASI BERPRESTASI DAN PERFEKSIONISME TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(127–36).
- Wahyu Tri Utami, & Tri Ratna Pamikatsih. (2023). Pengaruh Financial Literacy, Lifestyle, Dan Self Control Terhadap Perilaku Konsumtif Pengguna Layanan Gopay Di Surakarta. *Seminar Nasional Pariwisata Dan Kewirausahaan (SNPK)*, 2, 350–359. <https://doi.org/10.36441/snpk.vol2.2023.140>
- Widyaningrum, R., & Susilarini, T. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMAIT Raflesia Depok. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2), 34–39. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/953>.