

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNESA

Elly Susanti

Program Studi Psikologi, FIP, Unesa, elly_susanti7@yahoo.com

Desi Nurwidawati

Program Studi Psikologi, FIP, Unesa, de_widawati2006@yahoo.com

Abstrak

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. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kartadinata dan Tjundjing (Mayasari dkk., 2010) di sebuah Perguruan Tinggi di Surabaya menemukan bahwa 95% mahasiswa mengaku pernah melakukan prokrastinasi akademik. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik, diantaranya yaitu kontrol diri dan konformitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik serta mengetahui hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Negeri Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 194 mahasiswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi logistik biner. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, maka hipotesis pertama diterima, kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa konformitas tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi 0,087, maka hipotesis kedua ditolak, yaitu konformitas tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Nilai Negelkerke R Square sebesar 0,485 mengartikan bahwa variabel prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh variabel kontrol diri sebesar 48,5%, sisanya 51,5% disebabkan oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Konformitas, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

Abstract

Research conducted by Solomon and Rothblum (1984), it is known that 50% to 90% occurred academic procrastination on students. Knaus (2002) found that 95% of students in the U.S. with deliberately delaying the work or complete the task, and 70% of students classified as frequent procrastination. Another study conducted by Kartadinata and Tjundjing (Mayasari et al., 2010) at one of university in Surabaya found that 95% of students admitted to having academic procrastination. Many factors contribute to the academic procrastination, among which self-control and conformity. This study aims to determine the relationship between self-control and academic procrastination and determine the relationship between conformity and academic procrastination on students of psychology Universitas Negeri Surabaya. This study used a quantitative correlation with a sample of 194 students. The analysis technique used was a binary logistic regression. The results of this study indicated that self-control has a significant relationship with academic procrastination with a significance value of 0,000, the first hypothesis is accepted, self-control has a significant relationship with academic procrastination. The results also showed that conformity does not have a significant relationship with academic procrastination with a significance value of 0,087, the second hypothesis is rejected, conformity does not have a significant relationship with academic procrastination. Negelkerke R Square value of academic procrastination is 0,485 means that the variable was affected by self-control variable by 48.5%, the remaining 51.5% were caused by other variables not examined in this study.

Keywords : Self-Control, Conformity, Academic Procrastination, College Student

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan bagian dari institusi pendidikan yang dituntut untuk selalu berprestasi baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Mahasiswa dituntut untuk selalu menyelesaikan tugas tepat waktu, mengerjakan ujian dengan hasil yang baik, serta mempersiapkan diri dengan belajar atau membuat catatan sebelum perkuliahan dimulai dalam bidang akademik. Mahasiswa juga dituntut untuk aktif dan ikut serta dalam organisasi kemahasiswaan maupun organisasi lain yang memberikan manfaat positif bagi mahasiswa dalam bidang non akademik.

Mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik seringkali muncul rasa malas dan keenganan untuk mengerjakan tugas tersebut, sehingga tugas tidak dapat diselesaikan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Rasa malas dan keenganan untuk mengerjakan tugas tersebut membuat mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan. Perilaku mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas ini disebut dengan prokrastinasi 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 (Premadyasari, 2012) menunjukkan bahwa 48,5 % dari 66 subjek mahasiswa salah satu Perguruan Tinggi di Sumatera Utara melakukan prokrastinasi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kartadinata dan Tjundjing (Mayasari dkk., 2010) di sebuah Perguruan Tinggi di Surabaya terdapat 95% dari angket yang disebarkan pada 60 subjek mahasiswa mengaku bahwa mereka pernah melakukan prokrastinasi. Alasan terbesar yang membuat mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi antara lain rasa malas mengerjakan tugas (42%) dan banyak tugas lain yang harus dilakukan (25%), serta sisanya dikarenakan hal-hal lain (28%).

Prokrastinasi akademik yang terjadi di kalangan mahasiswa diantaranya belajar satu hari menjelang ujian. Kebiasaan tersebut dikenal dengan istilah SKS atau "Sistem Kebut Semalam" dan menjadi perilaku yang biasa dilakukan mahasiswa Indonesia. Pada pengalaman yang dialami oleh peneliti sendiri, banyak ditemukan perilaku prokrastinasi akademik yang ditemukan di kalangan mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa pada angkatan 2010 seperti menunda mengerjakan tugas, mengerjakan tugas beberapa jam sebelum dikumpulkan, dan belajar satu hari sebelum ujian.

Berdasarkan wawancara studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 16-17 Oktober 2013 terhadap empat orang mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa angkatan 2010-2013, ditemukan bahwa ke-empat mahasiswa tersebut pernah melakukan prokrastinasi akademik.

Wawancara studi pendahuluan yang dilakukan peneliti menemukan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh keempat mahasiswa tersebut lebih banyak berasal dari pengaruh kontrol diri dan konformitas. Ketiga responden mahasiswa angkatan 2013-2011 mengaku bahwa perilaku prokrastinasi akademiknya terjadi karena dirinya sendiri yang malas dalam mengerjakan tugas, sedangkan salah seorang responden mahasiswa angkatan 2010 mengaku bahwa perilaku prokrastinasi akademiknya terjadi karena pengaruh dari teman-temannya yang mengajaknya untuk melakukan hal lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

Penelitian yang dilakukan oleh Ghufron (2003) dan Prabowo (2009) memperkuat fenomena yang ditemukan oleh peneliti. Ghufron (2003) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2009) menemukan bahwa ada hubungan antara konformitas dan prokrastinasi akademik.

Studi pendahuluan dan penelitian yang ada sebelumnya tersebut mendasari peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Kontrol Diri dan Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa".

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Rancangan penelitian ini dijelaskan sebagai berikut :

$$\begin{array}{l} X_1 \rightarrow Y \\ X_2 \rightarrow Y \end{array}$$

Lokasi penelitian ini dilakukan di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya yang beralamat di jalan Lidah Wetan Surabaya.

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa yang merupakan mahasiswa angkatan 2013 hingga 2010, mahasiswa yang bersangkutan masih aktif dalam perkuliahan, dan tidak sedang menjalani cuti. Dari pemaparan ciri-ciri khusus tersebut, diperoleh populasi sebanyak 375 orang mahasiswa.

Sampel dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik *purposive sampling* dan *stratified sampling*. Jumlah sampel diperoleh menggunakan rumus

Slovin, dan diperoleh sampel sebanyak 194 orang mahasiswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh melalui kuesioner, yaitu menggunakan skala prokrastinasi akademik, skala kontrol diri, dan skala konformitas. Langkah-langkah yang dilakukan membakukan kuesioner penelitian diantaranya :

1. Uji Validitas

Skala prokrastinasi akademik memiliki validitas sebesar 0,313-0,785. Skala kontrol diri memiliki validitas sebesar 0,331-0,771. Skala kontrol diri memiliki validitas sebesar 0,318-0,759

2. Uji Reliabilitas

Skala prokrastinasi akademik memiliki reliabilitas sebesar 0,969. Skala kontrol diri memiliki reliabilitas sebesar 0,967. Skala konformitas memiliki reliabilitas sebesar 0,950

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi logistik biner yang dilakukan dengan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 16.0 for Windows. Analisis regresi logistik biner adalah teknik statistik yang digunakan untuk mempelajari hubungan dan pengaruh variabel X_1 dan X_2 terhadap variabel Y. Berdasarkan hubungan tersebut maka akan diperoleh model terbaik yang akan menggambarkan pengaruh variabel X_1 dan X_2 terhadap variabel Y.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Subjek dalam penelitian ini berasal dari angkatan 2013-2010, subjek terdiri dari laki-laki dan perempuan, dan rentang usia subjek berkisar dari 18-24 tahun. Berikut frekuensi variasi subjek penelitian dipaparkan dalam tabel berikut :

Tabel 1. Frekuensi Variasi Subjek Penelitian

Subjek Penelitian	Frekuensi
A. Angkatan : 2013	44 (22,68%)
2012	56 (28,86%)
2011	45 (23,19%)
2010	49 (25,26%)
B. Jenis Kelamin : Laki-Laki	50 (22,77%)
Perempuan	144 (74,23%)
C. Usia : 18 tahun	31 (15,97%)
19 tahun	51 (26,28)
20 tahun	47 (24,22%)
21 tahun	40 (20,61%)
22 tahun	22 (11,34%)
23 tahun	1 (0,51%)
24 tahun	2 (1,03%)

Berikut merupakan hasil analisis dekriptif dari skor data kasar dalam penelitian :

Tabel 2. Analisis Deskriptif

	Prokras-tinasi Akademik	Kontrol Diri	Konfor-mitas
N Valid	194	194	194
Missing	0	0	0
Mean	24.29	201.08	120.86
Median	22.00	199.00	120.00
Mode	4	225	106
Std.Deviation	17.559	21.200	14.784
Minimum	1	146	85
Maximum	65	250	157
Sum	4713	39009	23446

Data dari skala prokrastinasi akademik kemudian dikategorikan menjadi dua kategori, yaitu prokrastinasi akademik tinggi dan prokrastinasi akademik rendah. Pengkategorian skala prokrastinasi akademik didasarkan pada deskripsi data, yaitu dengan melihat nilai tengah atau median dari data skala prokrastinasi akademik. Koding 0 (nol) dikategorikan sebagai prokrastinasi akademik rendah, sedangkan koding 1 (satu) dikategorikan sebagai prokrastinasi tinggi, sehingga diperoleh sebanyak 95 subjek (48,97%) dengan kategori prokrastinasi akademik rendah dan 99 subjek (51,03%) dengan kategori prokrastinasi akademik tinggi.

Individu yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi, maka cenderung kontrol dirinya tinggi. Namun hal ini tidak berlaku pada mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa dimana mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi namun memiliki kontrol diri yang tinggi.

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini yaitu analisis regresi logistik biner. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan komputer menggunakan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 16.0 for Windows. Berikut hasil analisis menggunakan uji regresi logistik biner :

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Logistik Biner Antara Variabel Kontrol Diri, Konformitas, dan Prokrastinasi Akademik

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
X_1	-.074	.014	29.252	1	.000	.929
X_2	.033	.019	2.933	1	.087	1.033
Cons.	10.970	4.237	6.705	1	.010	5.811E4

Hipotesis dalam penelitian diterima apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Hasil analisis regresi logistik biner menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan dari hasil tersebut diketahui bahwa variabel kontrol diri dengan variabel

prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang signifikan. Namun pada variabel konformitas ditemukan nilai signifikansi 0,087 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel konformitas dengan variabel prokrastinasi akademik. Adanya variabel yang tidak signifikan dalam permodelan regresi logistik biner, maka variabel yang tidak signifikan dikeluarkan dari model dan dilakukan analisis ulang. Hasil yang didapatkan setelah variabel konformitas dikeluarkan dari model yaitu :

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Logistik Biner Antara Variabel Kontrol Diri dan Prokrastinasi Akademik

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)
X ₁	-.086	.012	50.043	1	.000	.918
Cons.	17.267	2.437	50.203	1	.000	3.155E7

Tabel 4 menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 dengan nilai Exp(B) yang merupakan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 0,918. Nilai konstanta dalam analisis ini memiliki signifikansi 0,000.

Nilai signifikansi pada variabel kontrol diri menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dengan variabel prokrastinasi akademik. Nilai Odds Ratio (OR) pada variabel kontrol diri sebesar 0,918 memiliki arti bahwa apabila mahasiswa memiliki kontrol diri yang mencakup kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan yang baik maka resiko melakukan prokrastinasi akademik sebesar 0,918. Apabila mahasiswa mempunyai kontrol diri yang rendah mencakup kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan yang kurang, maka resiko melakukan prokrastinasi akademik sebesar 1,089 (1/0,918).

Nilai Nagelkerke R Square menunjukkan bahwa variabel kontrol diri berkontribusi sebesar 0,485 atau 48,5% untuk berperan dalam terjadinya prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa, sisanya terdapat 51,5% variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini yang turut berperan dalam terjadinya prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa.

Pembahasan

Uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi kontrol diri sebesar 0,000 mengartikan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik, sedangkan nilai signifikansi konformitas sebesar 0,087 mengartikan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara konformitas dan prokrastinasi akademik.

Adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Ghufron (2003), penelitian ini menguji hubungan antara kontrol diri, persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua, serta prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik.

Goldfried dan Marbaum (Ghufron, 2003) menyebutkan bahwa kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Tangney dkk. (2004) mengemukakan bahwa kontrol diri memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang. Menurut Ray (2011), secara umum kontrol diri yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak mempedulikan konsekuensi jangka panjang. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya dengan memikirkan konsekuensi jangka panjang.

Individu dengan kontrol diri tinggi mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya menuju ke arah konsekuensi positif, sehingga mahasiswa dengan kontrol diri yang tinggi mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang menunjang belajarnya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan peneliti dimana variabel kontrol diri memiliki nilai Odds Ratio sebesar 0,918 yang berarti bahwa mahasiswa dengan kontrol diri yang tinggi akan memiliki resiko melakukan prokrastinasi akademik sebesar 0,918.

Individu dengan kontrol diri rendah, mereka tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga perilaku yang mereka lakukan lebih banyak membawa mereka ke arah yang negatif dan merugikan dirinya. Pada mahasiswa dengan kontrol diri rendah, mereka akan lebih banyak melakukan hal-hal yang bersifat menyenangkan dirinya, bahkan mahasiswa dengan kontrol diri rendah akan menunda mengerjakan tugas yang seharusnya diprioritaskan. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana mahasiswa yang memiliki kontrol diri rendah maka memiliki resiko melakukan prokrastinasi akademik sebesar 1,089.

Hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik cukup tinggi, dapat dilihat dari nilai Nagelkerke R Square sebesar 0,485 yang mengartikan bahwa kontrol diri memberikan kontribusi 48,5% terhadap terjadinya prokrastinasi akademik.

Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Wistrich (2008) dimana prokrastinasi akademik

dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya kontrol diri. Prokrastinasi didefinisikan oleh Solomon dan Rothblum (1984) sebagai penundaan terhadap suatu tugas yang penting dan dilakukan secara berulang-ulang. Prokrastinasi akademik cenderung dimiliki oleh individu dengan kontrol diri yang rendah, karena individu dengan kontrol diri rendah tersebut tidak mampu mengontrol dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2009) yang menguji hubungan antara konformitas dan prokrastinasi dimana ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konformitas dan prokrastinasi akademik. Hasil dari penelitian yang diungkapkan oleh Prabowo (2009) tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana peneliti tidak menemukan hubungan yang signifikan antara variabel konformitas dengan variabel prokrastinasi akademik. Prabowo (2009) sendiri mengungkapkan bahwa konformitas tidak begitu besar hubungannya dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik di mahasiswa Fakultas Teknik Arsitektur Unika Soegijapranata Semarang, hal ini dapat diketahui dari koefisien korelasi antara konformitas dengan prokrastinasi akademik sebesar $r_{xy} = 0,201$.

Fuhrmann (Mardiani, 2007) berpendapat bahwa remaja memiliki keinginan yang kuat untuk mengikuti dan menyesuaikan diri dengan kelompoknya. Mereka akan patuh terhadap peraturan-peraturan kelompok dan cenderung mengikuti norma yang dibuat oleh kelompok, dan hal inilah yang disebut dengan konformitas. Papalia dkk. (2008) mengemukakan bahwa konformitas mencapai puncaknya pada awal masa remaja, biasanya pada usia 12-13 tahun dan menurun pada masa remaja pertengahan dan akhir. Hurlock (2002) menjelaskan rentan usia remaja akhir antara 17-21 tahun dan dewasa awal antara 21-40 tahun. Inilah yang mungkin mempengaruhi hasil penelitian dimana subjek mahasiswa dalam penelitian ini berusia 18-24 tahun yang mana mereka masuk dalam kategori remaja akhir dan dewasa awal yang kemungkinan menjadikan kebutuhan untuk berkonformitas yang semakin lemah.

Deutch dan Gerrad (Sarwono, 2001) mengungkapkan bahwa terdapat dua hal yang menyebabkan seseorang menjadi berkonformitas, yaitu pengaruh norma dan pengaruh informasi. Pada pengaruh norma, individu berkonformitas hanya ikut-ikutan agar dapat diterima oleh teman sebayanya saja dan takut apabila dijauhi oleh teman-temannya. Hal sebaliknya yang berlaku pada pengaruh informasi, individu berkonformitas karena adanya informasi mengenai realitas yang diberikan oleh teman sebaya sehingga individu tersebut percaya dengan nilai-nilai dan memiliki visi yang sesuai dengan teman sebayanya.

Apabila dikaitkan dengan hasil penelitian ini, maka mahasiswa yang berkonformitas karena pengaruh norma, mereka berkonformitas hanya karena ikut-ikutan saja, maka mereka akan menjadi ikut-ikutan dengan apa saja yang dilakukan oleh teman sebayanya entah hal itu baik ataupun buruk, apabila teman sebaya melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, mereka pun ikut melakukannya. Hal yang sebaliknya terjadi pada mahasiswa yang berkonformitas dikarenakan pengaruh yang informasi tentunya mereka tidak selalu mengikuti apa yang dilakukan oleh teman sebayanya, apabila kelompok teman sebaya memberikan nilai-nilai yang tidak sesuai dengan dirinya, maka individu tersebut tidak akan menerima nilai tersebut dalam dirinya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Costanzo dan Shaw (Wardhani, 2009) menunjukkan bahwa pada usia 15-17 tahun konformitas mulai menurun. Hal ini seiring dengan perkembangan kognisi dan emosi remaja yang semakin matang maka remaja kemudian mampu menentukan perilaku atau nilai yang sesuai dengan diri remaja itu sendiri. Menurunnya konformitas pada remaja juga ditunjukkan dengan adanya keinginan untuk berbeda dengan teman atau kelompok sebayanya (Hurlock, 2002). Tingkat konformitas yang rendah menunjukkan bahwa remaja dapat memberikan keputusan tanpa takut ditolak oleh kelompok. Hal ini memberikan makna pada mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, mereka kemungkinan tidak terpengaruh oleh konformitas tapi atas keputusannya sendiri untuk menunda mengerjakan tugas.

Konformitas tidak hanya memberikan dampak yang negatif saja bagi remaja, namun dapat menimbulkan dampak positif. Sarwono (2001) mengungkapkan pengaruh positif yang diberikan oleh kelompok diantaranya hubungan akrab yang diikat oleh minat yang sama, kepentingan bersama dan saling membagi perasaan, setia saling tolong menolong untuk memecahkan masalah bersama, juga adanya perasaan gembira akibat penghargaan terhadap diri dan hasil usaha dan prestasinya yang memegang peranan penting dalam menumbuhkan rasa percaya diri individu tersebut, sehingga ikatan emosi bertambah kuat dan saling membutuhkan.

Berakar dari yang diungkapkan Sarwono (2001) dapat diketahui bahwa konformitas tidak hanya menimbulkan dampak yang negatif saja, seperti prokrastinasi, bahkan konformitas yang terjadi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa dapat berdampak kepada saling mendukung dalam hal akademik, sehingga konformitas tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap terjadinya prokrastinasi akademik di mahasiswa Program Studi Unesa.

Prokrastinasi erat kaitannya dengan pengaruh dari teman-teman sekitar. Solomon dan Rothblum

(1984) mengungkapkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh pengaruh teman sebaya atau konformitas, namun apa yang diungkapkan Solomon dan Rothblum tidak sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dimana tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa.

Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa, namun penelitian ini juga menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa. Kontrol diri memberi sumbangan sebesar 48,5% terhadap terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa, dan sisanya 51,5% diakibatkan oleh adanya variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik diantaranya adalah *self-conscious*, *self-esteem*, *self-efficacy*, serta gaya pengasuhan orang tua.

PENUTUP

Simpulan

Hasil analisis membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Nilai signifikansi variabel kontrol diri terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 0,000. Berdasarkan nilai *Negelkerke R Square* sebesar 0,485 menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memberikan sumbangan sebesar 48,5% terhadap terjadinya prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Program Studi Psikologi Unesa. Namun, hasil analisis pun membuktikan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Hasil analisis regresi logistik biner menunjukkan nilai signifikansi variabel konformitas terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 0,087.

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 di kalangan 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

Penelitian tentang psikologi pendidikan terutama prokrastinasi akademik diharapkan terus berkembang. Tingginya tingkat prokrastinasi akademik yang telah dipaparkan oleh penelitian sebelumnya, diharapkan semakin mendalamnya penelitian tentang prokrastinasi akademik maka dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik yang ada. Kedepannya diharapkan penelitian selanjutnya meneliti tentang *self-efficacy*, *self-esteem*, *self-conscious*, pola asuh, maupun variabel lain yang dapat berpengaruh pada terjadinya prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ghufron, M. N. 2003. Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja terhadap Penerapan Disiplin Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik. *Tesis*. Yogyakarta: Program Studi Psikologi Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada
- Hurlock, E. B. 2002. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Terjemahan: Istiwidaryanti & Soedarjo). Jakarta: Erlangga.
- Knaus, W. 2002. *The Procrastination Workbook*. Oackland: New Harbinger Publications, Inc.
- Mardiani, A. 2007. Hubungan Antara Konformitas terhadap Teman Sebaya dengan Kecenderungan Gaya Hidup *Experiencers* pada Siswa Kelas XI SMA Labschool Jakarta. *Skripsi*. Semarang: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Mayasari, M, D.; Mustami'ah, D.; & Warni, W. E. 2010. Hubungan antara Persepsi Mahasiswa

terhadap Metode Pengajaran Dosen dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya (Online). *Jurnal Insan*, 12(2), 95-103, journal.unair.ac.id/filerPDF/4-12_2.pdf, diakses 23 Oktober 2013, pukul 20.03.

Papalia, D. E.; Olds, S. W.; & Feldman, R. O. 2008. *Human Development*. (Penerjemah : Anwar, A. K). Jakarta : Kencana Prenada Media Group.

Premadyasari, D. 2012. Prokrastinasi dan Task Aversiveness Tugas Makalah pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya (Online). *Jurnal. Calyptra*, 1(1), 1-16, <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/viewFile/6/4>, diakses 23 Oktober 2013, pukul 19.20.

Prabowo, A. Y. 2009. Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Arsitektur dan Desain Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Ditinjau Dari Konformitas. *Skripsi*. Semarang: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

Ray, J. V. 2011. *Developmental Trajectories Of Self-Control: Assessing The Stability Hypothesis*. South Florida: University of South Florida.

Sarwono, S. W. 2001. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. 1984. Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates (Online). *Journal of Counseling Psychology* 31(4), 503-509, http://www-rohan.sdsu.edu/~rothblum/doc_pdf/procrastination/AcademicProcrastinationFrequency.pdf, diakses 23 Oktober 2013, pukul 20.45.

Tangney, J. P.; Baumeister, R. F.; & Boone, A. L. 2004. High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, And Interpersonal Success (Online). *Journal Of Personality*, 72(2), 271-322, <http://lazypants.org/dl/files/public/TangneyBaumeisterBoone2004.pdf>, diakses 24 Oktober 2013, pukul 18.45.

Wardhani, M. D. 2009. Hubungan antara Konformitas dan Harga Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri. *Skripsi*.

Surakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Wistrich, A. J. 2008. Procrastination, Deadlines, and Statues of Limitation (Online). *Journal of William and Mary Law Review* 50(2), 607-667, <http://scholarship.law.wm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1061&context=wmlr>, diakses pada 2 Januari 2014, pukul 03.05.