

**PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MAN 2
REMBANG YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Guna Memenuhi Persyaratan

Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi



Disusun oleh :

Devanty Kamila Maulidiya

2107016045

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2025

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 1	viii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 2	ix
KATA PENGANTAR.....	x
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	xii
MOTTO.....	xv
ABSTRACT	xvi
ABSTRAK.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	10
A. Prokrastinasi Akademik.....	10
1. Definisi Prokrastinasi Akademik.....	10
2. Aspek Prokrastinasi Akademik	11
3. Faktor Yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	13
4. Prokrastinasi Akademik Dalam Perspektif Islam.....	15
B. Kontrol Diri.....	16
1. Definisi Kontrol Diri	16
2. Aspek Kontrol Diri	17
3. Kontrol Diri Dalam Perspektif Islam	19

C.	Konformitas Teman Sebaya	20
1.	Definisi Konformitas Teman Sebaya.....	20
2.	Aspek Konformitas Teman Sebaya	22
3.	Konformitas Teman Sebaya Dalam Perspektif Islam.....	23
D.	Pengaruh Kontrol Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa.....	24
E.	Hipotesis	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		27
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian	27
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	27
1.	Variabel Penelitian.....	27
2.	Definisi Operasional	28
C.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
D.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	29
1.	Populasi.....	29
2.	Sampel	30
3.	Teknik Sampling.....	30
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	31
1.	Skala Prokratsinasi Akademik	32
2.	Skala Kontrol Diri	32
3.	Skala Konformitas Teman Sebaya.....	33
F.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	33
1.	Validitas	33
2.	Reliabilitas	34
G.	Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas	35
1.	Hasil Uji Validitas.....	35
2.	Hasil Uji Reliabilitas	38
H.	Teknik Analisis Data	39
1.	Uji Asumsi Klasik	39
2.	Uji Hipotesis.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		42
A.	Hasil Penelitian	42

1. Deskripsi Subjek Penelitian	42
2. Kategorisasi Variabel Penelitian.....	43
B. Hasil Analisis Data	48
1. Uji Asumsi Klasik	48
2. Uji Hipotesis	51
C. Pembahasan	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	73
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Likert	32
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik	32
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Kontrol Diri	32
Tabel 3. 4 Blueprint Konformitas Teman Sebaya	33
Tabel 3. 5 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba.....	35
Tabel 3. 6 Blueprint Skala Kontrol Diri setelah Uji Coba	36
Tabel 3. 7 Blueprint Skala Konformitas Teman Sebaya Setelah Uji Coba	37
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Gugur	38
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Setelah Item Gugur	38
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Setelah Uji Coba Skala.....	39
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Gugur	39
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Setelah Item Gugur	39
Tabel 4. 1 Deskripsi Kelas Subjek.....	43
Tabel 4. 2 Hasil Uji Analisis Deskriptif.....	44
Tabel 4. 3 Kategorisasi Skor Skala Kontrol Diri.....	45
Tabel 4. 4 Hasil Kategorisasi Skala Kontrol Diri	45
Tabel 4. 5 Kategorisasi Skor Skala Konformitas Teman Sebaya.....	46
Tabel 4. 6 Hasil Kategorisasi Skala Konformitas Teman Sebaya	46
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Skala Prokrastinasi Akademik	47
Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik	47
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dan Kontrol Diri	49
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dan Konformitas Teman Sebaya	50
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas.....	50
Tabel 4. 13 Hasil Uji Multikolinearitas	51
Tabel 4. 14 Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial	52
Tabel 4. 15 Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan	53
Tabel 4. 16 Hasil Uji Koefisien Determinasi	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Gambar 4. 2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1: Blueprint Skala Penelitian	73
LAMPIRAN 2: Skala Penelitian	79
LAMPIRAN 3: Hasil Validitas dan Reliabilitas Pada Uji Coba Skala	84
LAMPIRAN 4: Tabel Isaac dan Michael.....	88
LAMPIRAN 5: Hasil Uji Deskriptif Statistik	88

LAMPIRAN 6: Kategorisasi Data.....	89
LAMPIRAN 7: Hasil Uji Asumsi Klasik dan Uji Hipotesis.....	90
LAMPIRAN 8: Tabulasi Data.....	92
LAMPIRAN 9: Dokumentasi Bukti Responden	97
LAMPIRAN 10: Dokumentasi Penelitian	

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

Jalan Prof. Dr. Hamka Km 1 Kampus III Ngaliyan Semarang Kode Pos 50185
Telepon (024) 76433370, Email: fpk@walisongo.ac.id, Website: fpk.walisongo.ac.id

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA
TERHADAP PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA MAN 2 REMBANG
YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN

Penulis : Devanty Kamila Maulidiya

NIM : 2107016045

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana
dalam ilmu psikologi.

Semarang, 3 Juli 2025

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Prof. Dr. Ikhrom, M.Ag
NIP: 196503291994031002

Penguji II

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP: 197711022006042004

Penguji III

Reti Wahvuni, M.Pd
NIP: 199201212020122005

Penguji IV

Aldila Dvas Nurfitri, S.Psi., M.Si
NIP: 199110262022032001

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP: 198002202023212016

Pembimbing II

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP: 197711022006042004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Devanty Kamila Maulidiya

NIM : 2107016045

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

**“PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MAN 2
REMBANG YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian penulis sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 23 Juni 2025

Pembuat Pernyataan

METERAI TEMPEL
FA1BBAMX078725557

Devanty Kamila Maulidiya

2107016045

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 1



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

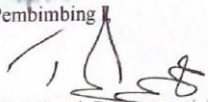
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut:

Judul : PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MAN 2
REMBANG YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN
Nama : Devanty Kamila Maulidiya
NIM : 2107016045
Jurusan : Psikologi

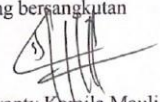
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengajar
Pembimbing


Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si
NIP. 198002202016012901

Semarang, 23 Juni 2025
Yang bersangkutan


Devanty Kamila Maulidiya
2107016045

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING 2



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut:

Judul : PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA
TERHADAP PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA MAN 2
REMBANG YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN
Nama : Devanty Kamila Maulidiya
NIM : 2107016045
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.
Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP. 197711022006042003

Semarang, 23 Juni 2025
Yang bersangkutan

Devanty Kamila Maulidiya
2107016045

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan kesehatan, sehingga penulis dapat berkesempatan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kontrol Diri dan Konformitas Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa MAN 2 Rembang yang Tinggal di Pondok Pesantren”**. Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam Ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kata sempurna, hal tersebut dikarenakan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan bagi pihak lainnya. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan pelajaran, dukungan, motivasi, dan arahan berupa bimbingan dari berbagai pihak mulai dari pelaksanaan hingga penyusunan skripsi ini.

Pada kesempatan kali ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang-orang yang penulis hormati dan sayangi yang membantu secara langsung maupun tidak langsung selama pembuatan skripsi ini. Dengan selesainya skripsi ini, penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, berkah, rezeki, kesehatan, dan kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Nizar Ali., M. Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A., selaku Ketua Jurusan Psikologi.
5. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si, selaku Dosen Pembimbing I yang dengan kebaikan hati berkenan mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si, selaku Wali Dosen sekaligus Dosen Pembimbing II yang dengan kebaikan hati berkenan mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis selama 4 tahun hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu, membimbing, dan memberikan contoh teladan kepada penulis selama menempuh masa perkuliahan.
8. Segenap keluarga besar civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas sebagai penunjang.
9. Kepada seluruh pihak Madrasah Aliyah Negeri 2 Rembang yang telah berkenan mengizinkan penulis melakukan penelitian sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada mahasiswa jurusan psikologi angkatan 2021 khususnya teman-teman psikologi B, teman-teman UKM GEMA SC periode 2021-2023 yang telah kebersamai penulis serta memberikan dukungan kepada penulis selama masa perkuliahan.
11. Kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semarang, 23 Juni 2025

Penulis



Devanty Kamila Maulidiya

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin. Rasa syukur kepada Allah SWT atas segala berkah dan rahmat-Nya, sehingga penulis menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Ayahanda tercinta Alm. Bapak Suseno, S.S., cinta pertama dan panutanku. Beliau memang tidak sempat menemani penulis selama di bangku perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini, namun *alhamdulillah* penulis sudah sampai pada tahap ini, menyelesaikan tugas akhir perkuliahan dengan tepat waktu. Terima kasih Ayah atas segala doa, cinta tulus, dan pengorbanan yang telah diberikan selama ini. Penulis merasa sangat bersyukur dan beruntung telah dibesarkan oleh Ayah yang luar biasa. Semoga Allah SWT melapangkan kubur dan menempatkan Ayah di tempat yang paling mulia di sisi Allah SWT. Teruntuk ibunda tercinta, Ibu Nurul Hidayatil Jannah, S.S. Terima kasih atas segala perhatian, kasih sayang, dukungan, dan doa yang tiada hentinya untuk penulis. Terima kasih selalu memberikan semangat, nasihat, dan meyakinkan penulis atas segala keraguan dalam menyelesaikan skripsi ini. Berkat doa Mama, penulis dapat melangkah sejauh ini. Semoga Mama panjang umur dan sehat selalu agar senantiasa dapat menemani setiap perjalanan penulis hingga sukses. *Love you, Ma.*
2. Kakak dan Adik penulis. Muhammad Akmal Arravi' dan Muhammad Firdaus Akmal Auliya. Kak, terima kasih atas semangat dan dukungan yang diberikan kepada penulis. Semoga selalu dilancarkan segala urusannya dan diberikan kebahagiaan dalam hidup. Teruntuk adikku, Akmal. Terima kasih sudah menemani penulis selama proses pengerjaan skripsi, selalu mendengarkan cerita dan keluh kesah penulis. Semangat memasuki jenjang sekolah berikutnya, semoga selalu dilancarkan pendidikan dan cita-citanya. Sekali lagi, terima kasih atas perhatian dan doa kalian.

3. Kakak ipar penulis, Firstananda Putri Feby. Terima kasih sudah memberikan *support* kepada penulis dan mau mendengarkan curahan hati penulis. Bahagia selalu ya, Mbak. Teruntuk keponakanku tersayang, Sagara Narendra Arravi. Terima kasih telah lahir di dunia ini, yang selalu menjadi *moodbooster* penulis di kala sedang lelah dan sedih. Meskipun terhalang jarak, *but I still love you forever*; Saga! Semoga sehat dan tumbuh menjadi anak yang berguna bagi semua orang, ya.
4. Keluarga besar penulis, tante-tante dan om-om. Terima kasih atas motivasi, dukungan, dan doa yang telah diberikan kepada penulis. Semoga sehat selalu. Selalu sayang dan *support* Deva, ya. Teruntuk sepupu-sepupu tersayang, Nasywa, Najma, Izam, Atania, Kayyis, Queen, dan Amar. Terima kasih juga karena selalu mendukung dan memberikan semangat kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Semoga kalian diberi kesuksesan dan kebahagiaan di dunia dan akhirat.
5. Anissa, Aurra, Hasna, Kauna, Devi, Priya, dan Naya yang selalu menemani sedih dan bahagia penulis selama menjalani studi di Semarang, yang selalu ada untuk penulis kapan pun itu. Terima kasih telah menjadi keluarga keduaku di Semarang ya. Semua *moment* kebersamaan baik senang maupun sedih akan selalu terkenang di hati penulis. Terima kasih karena tidak bosan-bosan mendengarkan keluh kesah dan curahan hati penulis. Apresiasi sebesar-besarnya untuk kalian karena telah berjuang dan melangkah sejauh ini. Kita bisa melaluinya bersama-sama dan saling mendukung satu sama lain. Semoga Allah membalas kebaikan kalian dan senantiasa menjaga pertemanan kita. Selamat dan semangat menjalankan perjalanan hidup selanjutnya, *guys*! Sampai bertemu di titik terbaik kita semua. *Love you so much*!
6. Teman-temanku MTs. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan pendidikan penulis sejak SMP hingga sekarang. Segala bentuk dukungan kalian sangat berarti bagi penulis. Semoga pertemanan kita tetap awet hingga tua nanti. Sukses selalu, *guys*!

7. Teman-teman KKN. Terima kasih telah menjadi keluarga selama 45 hari. Senang bertemu dengan kalian semua. Terima kasih untuk semua doa dan dukungan yang diberikan kepada penulis. Semoga kalian selalu diberi kesehatan dan kebahagiaan.
8. Teruntuk diriku sendiri. Terima kasih karena sudah bertahan dan berjuang sampai di titik ini. Tentu saja ini hal yang tidak mudah untuk dilalui. Apresiasi yang setinggi-tingginya untuk diri saya sendiri karena telah berhasil melawan keraguan yang selama ini dirasakan dan terima kasih sudah berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan skripsi ini. *Good job and proud of you, Dev!*

Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Besar harapan, skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi orang lain. Penulis berharap semua dukungan dan kebaikan yang diberikan akan dibalas oleh Allah SWT. dikemudian hari.

Semarang, 23 Juni 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, featuring a stylized 'S' and 'M' with a small 'P' at the end.

Devanty Kamila Maulidiya

MOTTO

“Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir.” (QS. Yusuf: 87)

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا^١

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا^٢ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا^٣

***THE INFLUENCE OF SELF-CONTROL AND PEER CONFORMITY ON
ACADEMIC PROCRASTINATION IN MAN 2 REMBANG STUDENTS WHO
LIVE IN BOARDING SCHOOL***

DEVANTY KAMILA MAULIDIYA

ABSTRACT

Academic procrastination will occur in students who cannot manage their time well, especially high school students and those living in Islamic boarding schools because they have to do different activities in a day. This study aims to empirically test the influence of self-control and peer conformity on academic procrastination in students at MAN 2 Rembang. This study employs a quantitative causal approach using multiple linear regression analysis. The sample consists of 226 participants out of a total population of 1,299, selected using purposive sampling based on specific criteria. The measurement tools used in this study are the self-control scale, peer conformity scale, and academic procrastination scale. The results of the study indicate that there is an influence of self-control on academic procrastination with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), there is no influence of peer conformity on academic procrastination with a significance value of 0.176 ($p > 0.05$), and there is a simultaneous influence of self-control and peer conformity on procrastination among MAN 2 Rembang students living in boarding schools with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a regression coefficient value of 0.632. This study contributes theoretically and practically to the development of psychological interventions focused on improving self-control to reduce procrastination behavior among adolescents.

Keywords: *self-control, peer conformity, academic procrastination, boarding school*

**PENGARUH KONTROL DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA MAN 2
REMBANG YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN**

DEVANTY KAMILA MAULIDIYA

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik akan muncul pada siswa yang tidak dapat mengatur waktu dengan baik terutama pada siswa SMA dan tinggal di pesantren karena harus melakukan kegiatan yang berbeda dalam sehari. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif kausalitas dengan metode analisis regresi linear berganda. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 226 dari total populasi 1.299 yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria tertentu. Alat ukur dalam penelitian ini yaitu skala kontrol diri, skala konformitas teman sebaya, dan skala prokrastinasi akademik. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai signifikansi 0,176 ($p > 0,05$), serta terdapat pengaruh secara simultan kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien regresi sebesar 0,632. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan kontrol diri guna menekan perilaku prokrastinasi di kalangan remaja.

Kata kunci: kontrol diri, konformitas teman sebaya, prokrastinasi akademik, pondok pesantren

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan menjadi sarana utama untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas baik melalui tingkatan formal maupun nonformal (Nuryadi & Ginting, 2017). Bagi siswa maupun mahasiswa, selama menimba ilmu di lembaga pendidikan formal tidak akan terlepas dengan yang namanya tugas. Siswa yang belajar di sekolah tentu akan diberikan tanggung jawab untuk mengerjakan pekerjaan rumah oleh guru (Djamarah dalam Dayantri & Netrawati, 2023: 21138). Masalah yang sering dihadapi siswa sebagai pelajar yaitu sulit untuk mengatur aktivitas belajar dan menunda dalam penyelesaian tugas (Pradnyaswari & Susilawati, 2019: 33). Dalam ranah pendidikan, kegiatan menunda penyelesaian tugas dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan menunda, baik dalam memulai dan menyelesaikan tugas secara sengaja, irasional, dan mempunyai dampak buruk bagi pelaku prokrastinasi (Steel & Klingsieck, 2016). Prokrastinasi banyak terjadi di berbagai ranah kehidupan yaitu, keluarga, kesehatan, pekerjaan, aktivitas sehari-hari, dan akademik (Klingsieck, 2013). Perilaku menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik (Waty & Agustina, 2022).

Menurut Candra *et al.*, (2014: 67) memandang prokrastinasi akademik sebagai kegagalan individu dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan atau dengan kata kata lain menunda menyelesaikan tugas hingga mendekati *deadline*. Se jauh ini, seringkali penelitian tentang prokrastinasi akademik fokus pada mahasiswa dan belum banyak diteliti pada siswa (Klassen et al dalam Katz *et al.*, 2013). Berdasarkan beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah prokrastinasi menjadi masalah umum yang dialami banyak orang termasuk

di kalangan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil, dan sebagian pelajar di luar negeri (Ferrari dalam Anam, 2017: 118).

Terdapat sekitar 25% hingga 75% pelajar mengakui bahwa prokrastinasi menjadi salah satu masalah dalam kegiatan akademik mereka (Steel dalam Rifandi & DS, 2020: 207). Berdasarkan hasil survei dari StudyMode tahun 2014 menyebutkan bahwa 86% dari 611 siswa SMA melakukan prokrastinasi pada tugas akademiknya (Klein dalam Clara *et al.*, 2017: 160). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Ramadhani *et al.*, (2020: 50) menyebutkan bahwa terdapat siswa dengan prokrastinasi akademik tinggi yaitu dengan rata-rata skor siswa dari tiga kelas sebesar 90,92%. Penelitian dari Rahmah (2021: 85) juga menyebutkan bahwa sebagian besar siswa masuk dalam kategori prokrastinasi akademik tinggi dengan skor 59%.

Berdasarkan hasil pra riset yang telah dilakukan pada hari Senin, 14 Oktober 2024 terhadap 31 siswa menggunakan *google form* dan disebar melalui *whatsapp* didapatkan hasil dengan mengacu pada aspek prokrastinasi, pada aspek *perceived time* terdapat 14 dari 31 siswa (45,16%) yang melakukan penundaan sehingga individu gagal dalam menepati deadline. Pada aspek *intention-action gap* terdapat 17 dari 31 siswa (54,83%) yaitu adanya kesenjangan antara keinginan dan perilaku. Pada aspek *emotional distress* terdapat 18 dari 31 siswa (58,06%) yaitu adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Pada aspek *perceived ability* terdapat 14 dari 31 (45,16%) yang melakukan penundaan karena adanya perasaan takut akan kegagalan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa pada aspek *emotional distress* memiliki persentase yang tinggi yaitu 58,06% yang mana siswa merasa cemas, gugup, dan tidak nyaman saat melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tiga siswa MAN 2 rembang yang tinggal di pondok pesantren menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren ialah mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah

sebelum jam pelajaran di mulai dan memilih bermain dengan teman-temannya setelah pulang dari sekolah. Berdasarkan penelitian dari Rifandi dan DS (2020), perilaku prokrastinasi yang dilakukan oleh santri kelas VII Mts Putera di pondok pesantren Al-Hikmah 2 Brebes yaitu santri menunda mengerjakan tugas yang telah diberikan oleh ustadz dan menunda menyelesaikan tugas sekolahnya sehingga mengakibatkan nilainya menjadi tidak maksimal karena mengerjakan tugas secara terburu-buru.

Prokrastinasi akademik akan berdampak buruk pada proses belajar siswa di sekolah yang mana siswa akan sulit untuk berkembang dan mencapai tujuan akademik yang diinginkan (Çapan dalam Risty & Fahmawati, 2024: 2). Selain itu, siswa yang melakukan prokrastinasi akademik akan mengalami kelelahan dan sulit tidur (Suhadianto & Pratitis, 2020: 212). Kiamarsi & Abolghasemi (2014: 216) juga mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik juga berdampak pada kondisi psikologis siswa yaitu adanya perasaan gelisah, cemas, dan stres. Beberapa dampak tersebut membuktikan bahwa selain berdampak pada proses belajar siswa, prokrastinasi akademik juga dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologis siswa (Risty & Fahmawati, 2024: 2).

Berdasarkan penelitian dari Candra *et al.*, (2014: 71) menyebutkan bahwa penyebab prokrastinasi akademik siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik (usia, jenis, kelamin, *fatigue*) dan kondisi psikologis (konsep diri, kepercayaan diri, kontrol diri). Sedangkan, faktor eksternal berasal dari lingkungan keluarga (pengasuhan orang tua), lingkungan sekolah (cara pengajaran guru, pengaruh teman sebaya), dan lingkungan masyarakat (adanya lingkungan yang tidak mendukung).

Clara *et al.*, (2017: 162) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa kontrol diri memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada seseorang. Averill dalam Marsela & Supriatna (2019: 67) menyebutkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah atau menyesuaikan tingkah lakunya, kemampuan seseorang dalam mengatur informasi mana

yang akan diterima atau diabaikan, dan kemampuan seseorang untuk memutuskan tindakan sesuai apa yang diyakini atau dianggap benar. Tangney *et al.*, (2004) menyatakan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri tinggi akan mencapai prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki kontrol diri rendah. Sedangkan, pendapat Savira & Suharsono dalam Sa'adah & Sari (2023: 649) bahwa siswa yang mempunyai kontrol diri yang rendah cenderung mengutamakan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas sekolahnya atau melakukan prokrastinasi.

Selain kontrol diri, perilaku konformitas juga dapat memengaruhi prokrastinasi akademik (Avico & Mujidin, 2014: 63). Astuti & Nuraini dalam Delviano *et al.*, (2023: 45) menjelaskan bahwa konformitas merupakan adanya peniruan sikap dan perilaku agar sejalan dengan nilai sosial dan aturan sebagai proses penyesuaian diri seseorang dengan kelompok teman sebayanya. Teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat dalam perubahan tingkah laku remaja. Remaja biasanya mengalami perubahan perilaku dalam upayanya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Arah perubahan ini bisa menjadi positif atau negatif, tergantung dari jenis kelompok sosial yang memengaruhinya (Sari *et al.*, 2023).

Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Arisandy & Siregar (2024) yang menyebutkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik siswa siswi kelas VIII SMP Negeri 50 Palembang sebesar 77,2%. Berbeda dengan penelitian Susanti & Nurwidawati (2014) yang menyebutkan bahwa konformitas tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik.

Siswa yang menjalani pendidikan di bangku sekolah menengah dan tinggal di pesantren akan menghadapi sebuah tuntutan yang lebih besar dibandingkan siswa di sekolah formal karena siswa harus melakukan dua kegiatan yang berbeda dalam sehari (Sa'adah & Sari, 2023). Situasi tersebut mengharuskan siswa untuk pandai dalam mengatur waktu antara kegiatan

di pesantren dan tugas sekolah. Namun, jika siswa yang tidak bisa mengatur waktu dengan baik akan cenderung menunda-nunda menyelesaikan tugas. Kurangnya kemampuan siswa dalam mengatur waktu bisa menyebabkan prokrastinasi yang tinggi (Kartadinata & Sia dalam Waty & Agustina, 2022).

Adanya situasi tersebut penulis ingin meneliti pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang terutama yang tinggal di pondok pesantren karena pada penelitian sebelumnya belum banyak yang meneliti pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik khususnya pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

B. Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah yang diambil yaitu sebagai berikut:

1. Apakah kontrol diri berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren?
2. Apakah konformitas teman sebaya berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren?
3. Apakah kontrol diri dan konformitas teman sebaya berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

3. Untuk menguji secara empiris pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini mempunyai manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis. Manfaat teoritis yaitu manfaat yang digunakan dalam pengembangan sebuah teori dalam jangka waktu yang lama, sedangkan manfaat praktis yaitu manfaat yang berdampak langsung pada materi-materi pembelajaran. Berikut ini adalah manfaat teoritis dan manfaat praktis dalam penelitian ini:

1. Manfaat teoritis

Adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang faktor apa saja yang bisa memengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren dan juga harapannya bisa menjadi alat pengembangan ilmu pengetahuan dalam mempelajari ilmu psikologi pendidikan terkhusus mengenai kontrol diri, konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik secara teoritis yang nantinya bisa dipelajari.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Bagi Siswa, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pelajaran bagi siswa untuk mengontrol perilaku dan pandai memilih lingkungan yang tepat sehingga tidak mudah terpengaruh oleh teman yang mengajak untuk menunda pekerjaan baik di sekolah maupun di pondok pesantren.
- b. Bagi Sekolah, diharapkan pihak sekolah memberikan edukasi berupa keterampilan kontrol diri pada siswa dan melakukan pengawasan untuk mencegah perilaku prokrastinasi akademik yang pada siswa di MAN 2 Rembang.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan bagi penelitian selanjutnya agar lebih baik dan

sempurna mengenai kontrol diri, konformitas teman sebaya, dan prokrastinasi akademik.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini tentunya bisa dibuktikan melalui penelitian-penelitian yang sebelumnya telah dilakukan yaitu sebagai berikut:

Penelitian pertama dari Rahayu Dewany, Nurfarhanah, dan Rezki Hariko tahun 2023 yaitu “*Self-Control and Parenting Style of Academic Procrastination in Vocational High School Students*” pada 267 siswa SMKN 3 Padang dengan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan antara *self control* dan prokrastinasi akademik sebesar 36,7% (Dewany *et al.*, 2023). Penelitian kedua dari Selfi Fajarwati tahun 2015 yaitu “Hubungan Antara *Self-Control* Dan *Self-Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa BK UNY Yang Sedang Menyusun Skripsi”. pada 130 mahasiswa BK UNY angkatan 2007-2011 yang sedang menyusun skripsi yang mana hasil penelitian menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-control* dengan prokrastinasi, *self-control* dan *self-efficacy* terdapat hubungan signifikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 (Fajarwati, 2015).

Penelitian ketiga dari Nailis Sa’adah dan Citra Ayu Kumala Sari tahun 2023 yaitu “*The Influence of Self-Control on The Academic Procrastination Behavior of Al-Khoiriyah Islamic Middle School Students Living in Islamic Boarding School*” pada 66 siswa SMP yang bermukim di pesantren dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kontrol diri berperan signifikan dan berpengaruh secara negatif pada perilaku prokrastinasi akademik siswa SMP Islam Al-Khoiriyah yang bermukim di pondok pesantren sebesar 37,8% (Sa’adah & Sari, 2023). Penelitian keempat dari Akhmad Rifandi dan Triana Noor Edwina DS tahun 2020 yaitu “Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari *Self-Regulated Learning* Pada Santri Putera Pondok Pesantren Al-Hikmah 2 Brebes” pada 94 santri putera kelas VII pondok pesantren Al-Hikmah 2 Brebes yang mana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat

hubungan negatif antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik sebesar 67,9% (Rifandi dan DS, 2020).

Penelitian kelima dari Penelitian kelima dari Irma Ramayanti dan M. Rizqon Al Musafiri tahun 2021 yaitu “Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif Santri Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Putri Utara Darussalam” pada 57 santri dengan hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh yang signifikan konformitas teman sebaya terhadap perilaku konsumtif santri asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Putri Utara Darussalam sebesar 91,1% (Ramayanti & Musafiri, 2021). Penelitian keenam dari Aulia Adeline dan Ahmad Susanto tahun 2022 yaitu “Hubungan Antara *Conscientiousness Personality* Dan *Peer Conformity* Terhadap Prokrastinasi Pada Mahasiswa PGSD FIP UMJ” pada 154 mahasiswa yang mana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *conscientiousness personality* dan *peer conformity* dengan prokrastinasi mahasiswa PGSD FIP UMJ dengan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,555 (55,5%) (Adeline & Susanto, 2022).

Berdasarkan penjabaran di atas, penelitian pertama, kedua, dan ketiga mempunyai kesamaan yaitu mengkaji variabel kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik, tetapi tidak menggunakan variabel konformitas teman sebaya. Selanjutnya, penelitian kedua sama-sama menggunakan tiga variabel yaitu, *self-control*, *self-efficacy*, dan prokrastinasi akademik. Kemudian, penelitian keempat dan keenam mengkaji variabel konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik saja tidak disertai dengan variabel kontrol diri. Penelitian kelima mengkaji variabel konformitas teman sebaya saja dan tidak menggunakan variabel prokrastinasi akademik, melainkan variabel perilaku konsumtif. Terdapat beberapa hal yang bisa dilihat bahwa penelitian ini berbeda dengan penelitian yang terdahulu yaitu:

Pertama, subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa siswi MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

Kedua, perbedaan pada tempat atau lokasi penelitian. Penelitian ini dilakukan di MAN 2 Rembang.

Ketiga, banyaknya populasi yang digunakan tentunya berbeda dengan penelitian terdahulu dan teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu teknik *purposive sampling* yang mana berbeda dengan penelitian yang sebelumnya.

Pada penelitian yang sebelumnya belum terdapat judul yang spesifik meneliti mengenai pengaruh dari ketiga variabel. Pada penelitian ini fokus untuk meneliti pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, keaslian penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan berdasarkan perbedaan pada penelitian-penelitian yang sebelumnya, sehingga penulis memutuskan untuk mengambil judul **Pengaruh Kontrol Diri dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa MAN 2 Rembang Yang Tinggal Di Pondok Pesantren.**

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Prokrastinasi Akademik

Kata prokrastinasi bersumber pada bahasa Latin yaitu *procrastinare*, terbagi menjadi dua kata yaitu *pro* yang berarti bergerak maju, ke depan, maju dan *crastinus* yang artinya menjadi hari esok atau besok. Berdasarkan katanya, prokrastinasi merupakan menunda pekerjaan sampai hari berikutnya atau bisa dikatakan lebih suka menyelesaikan pekerjaannya besok. Orang yang melakukan prokrastinasi dinamakan prokrastinator (Nafeesa, 2018:58).

Prokrastinasi merupakan kebiasaan menunda suatu hal yang semestinya dikerjakan untuk tujuan tertentu (Akinsola *et al.*, 2007). Individu dengan kebiasaan menunda pekerjaan akan lebih suka menggunakan waktunya bersama teman atau pekerjaan lain yang tidak penting daripada menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan segera dan lebih suka melakukan hal yang menyenangkan daripada belajar. Basco dalam Dewi & Alfita (2015:10) menyebutkan bahwa perilaku prokrastinasi telah menjadi zona nyaman seseorang yang artinya individu merasa tenang karena sudah mengetahui cara untuk menyelesaikan dan tidak dianggap sebagai situasi yang mengancam.

Prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan menunda, baik dalam memulai dan menyelesaikan tugas secara sengaja, irasional, dan mempunyai dampak buruk bagi pelaku prokrastinasi (Steel & Klingsieck, 2016). Prokrastinasi banyak terjadi di berbagai ranah kehidupan yaitu, keluarga, kesehatan, pekerjaan, aktivitas sehari-hari, dan akademik (Klingsieck, 2013). Perilaku menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik (Waty & Agustina, 2022:91).

Hasanah & Muslimin (2016: 132) menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik berarti kebiasaan menunda pekerjaan yang kaitannya dengan

tugas formal yaitu tugas akademik. Sedangkan, prokrastinasi non-akademik merupakan kebiasaan menunda pekerjaan yang berkaitan dengan tugas keseharian, seperti pekerjaan kantor, pekerjaan sosial, pekerjaan rumah tangga, dan lain-lain. Menurut Candra *et al.*, (2014:67) prokrastinasi akademik berarti kegagalan individu dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan atau dengan kata kata lain menunda menyelesaikan tugas hingga mendekati *deadline*.

Berdasarkan definisi yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan menunda tugas yang berkaitan dengan akademik dengan sengaja dan irasional serta sudah menjadi zona nyaman bagi individu. Kebiasaan menunda ini akan berdampak buruk produktivitas seseorang karena sering menunda pekerjaan sampai mendekati waktu yang telah ditetapkan dan memilih untuk melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan.

2. Aspek Prokrastinasi Akademik

Aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Steel (2007) terdiri dari empat aspek, yaitu sebagai berikut:

- a. *Perceived Time* (Kegagalan individu dalam menepati deadline), prokrastinator lebih fokus pada kondisi saat ini daripada masa depan, sehingga membuatnya tidak tepat waktu karena tidak bisa memperkirakan waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas (Ferrari *et al.*, 1995).
- b. *Intention-Action Gap* (Adanya celah antara kemauan dan tindakan), ada perbedaan antara kemauan dan tindakan, yang terlihat dari kegagalan siswa menyelesaikan tugas akademik meskipun mereka ingin mengerjakannya. Namun, semakin mendekati batas waktu, perbedaan antara kemauan dan tindakan itu semakin kecil, prokrastinator yang awalnya menunda-nunda pekerjaan akan bisa menyelesaikan sesuatu lebih dari yang ditargetkan (Steel, 2007)
- c. *Emotional Distress* (Adanya perasaan gelisah saat melakukan prokrastinasi), menunda pekerjaan biasanya menyebabkan rasa

tidak nyaman dan kecemasan pada prokrastinator. Semakin besar rasa cemasnya, semakin besar dorongan untuk menghindari tanggung jawabnya (Steel, 2007).

- d. *Perceived Ability* (Keyakinan akan kemampuan diri), ketakutan akan kegagalan membuat seseorang merasa tidak mampu. Untuk menghindari kegagalan, mereka cenderung menghindari tugas yang harus dilakukan

Aspek selanjutnya dikemukakan oleh Tuckman (1990) terdiri dari empat aspek, yaitu sebagai berikut:

- a. *Tendency to delay or put off doing things* (kecenderungan untuk menunda melakukan sesuatu). Maksudnya yaitu menyia-nyiakan waktu dalam mengerjakan tugas yang menjadi prioritas hanya untuk melakukan aktivitas yang kurang bermanfaat.
- b. *Tendency to have difficulty doing unpleasant things and when possible to avoid or circumvent the unpleasantness* (kesulitan dan penghindaran dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai). Maksudnya yaitu individu cenderung merasa keberatan mengerjakan pekerjaan atau tugas yang tidak disukai bahkan individu akan berusaha untuk menghindari sesuatu yang dianggap mengganggu jika memungkinkan.
- c. *Tendency to blame others for ones's own plight* (kecenderungan menyalahkan orang lain atas penderitaannya sendiri). Maksudnya yaitu individu cenderung menyalahkan orang lain atas kesulitan yang dirasakannya karena menunda menyelesaikan pekerjaan yang seharusnya dilakukan.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian kali ini, peneliti akan menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Steel (2007) yaitu, *Perceived Time* (Kegagalan individu dalam menepati deadline), *Intention-Action Gap* (Adanya celah antara kemauan dan tindakan), *Emotional Distress* (Adanya perasaan

gelisah saat melakukan prokrastinasi), dan *Perceived Ability* (Keyakinan akan kemampuan diri).

3. Faktor Yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik

Ferrari dalam Nuryadi & Ginting (2017:39) menyatakan bahwa terdapat faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Berikut ini adalah penjelasannya:

a. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang, faktor internal terbagi menjadi dua yaitu:

1) Kondisi fisik yang mana kondisi fisik ini dapat membuat individu melakukan prokrastinasi. Ketika individu sedang dalam kondisi yang kurang sehat maka tidak ada semangat untuk melakukan sesuatu yang akhirnya pekerjaannya akan tertunda.

2) Kondisi psikologis, dimensi yang termasuk dalam kondisi psikologis yaitu:

a) *Self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang akan kemampuan dirinya dalam mengatur, mengerjakan tugas, mencapai target, menciptakan sesuatu, dan mengambil tindakan guna menunjukkan keterampilan tertentu (Florina & Zagoto, 2019:389).

b) *Self-control* merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah atau menyesuaikan perilakunya, kemampuan seseorang dalam mengatur informasi mana yang akan diterima atau diabaikan, dan kemampuan seseorang untuk memutuskan tindakan sesuai apa yang diyakini atau dianggap benar (Averill dalam Marsela & Supriatna, 2019:67).

c) Motivasi intrinsik merupakan adanya dorongan untuk bertindak yang muncul karena adanya motivasi dalam diri seseorang tanpa dipengaruhi oleh faktor dari luar

(Sardiman dalam Anggraeni & Soetjiningsih, 2023:1859).

- b. Faktor eksternal merupakan aspek yang berasal dari luar diri seseorang. Faktor eksternal terdiri dari gaya pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan *lenient*, dan kondisi lingkungan yang melandaskan pada hasil akhir.

Pendapat lain mengenai faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik yaitu datang dari Steel (2007) yaitu sebagai berikut:

- a. *Evaluation anxiety* merupakan kecemasan individu dengan kemampuan yang dimilikinya.
- b. *Perfectionism* merupakan individu yang ingin sempurna dalam mengerjakan tugas. Individu tersebut cenderung akan menunda melakukan pekerjaannya karena dirinya merasa takut tugas yang dikerjakannya tidak akan sempurna.
- c. *Difficulty making decision* merupakan ketakutan individu dalam membuat keputusan dan takut akan melakukan kesalahan.
- d. *Dependency and help-seeking* merupakan kecenderungan individu untuk bergantung pada orang lain.
- e. *Task aversiveness* merupakan kesulitan dan ketidaknyamanan individu dalam menghadapi tugas.
- f. *Lack of self-confidence* merupakan keraguan atau ketidakyakinan individu dalam kemampuannya.
- g. *Peer conformity* merupakan penyesuaian individu dalam tingkah laku, keyakinan, atau persepsi sesuai dengan aturan dan harapan dari lingkungan kelompok teman sebayanya.
- h. *Laziness* merupakan keengganan individu untuk melakukan aktivitas yang menguras tenaga dan energi.
- i. *Lack of assertion* merupakan kegagalan individu dalam menyampaikan pendapat dan batasan yang jelas kepada orang lain.

- j. *Fear of success* merupakan kekhawatiran atau kecemasan individu dalam mencapai kesuksesan di kehidupannya.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik yaitu faktor internal berupa kondisi fisik dan kondisi psikologis (*self-efficacy*, *self-control*, dan motivasi intrinsik) serta faktor eksternal (gaya pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan *lenient*, dan kondisi lingkungan yang melandaskan pada hasil akhir). Selain itu, faktor lainnya yaitu *evaluation anxiety*, *perfectionism*, *difficulty making decision*, *dependency and help-seeking*, *task aversiveness*, *lack of self-confidence*, *peer conformity*, *laziness*, *lack of assertion*, dan *fear of success*.

4. Prokrastinasi Akademik Dalam Perspektif Islam

Prokrastinasi akademik tergolong dalam perilaku yang dilarang menurut perspektif Islam. Sesuai dengan Firman Allah dalam ayat Al-Quran Surat Al-Ashr 1-2 yang memiliki arti:

“Demi masa. Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian”. (QS. Al-Ashr:1-2)

Menurut Quraish Shihab (2016: 585-586) dalam karyanya yang berjudul Tafsir Al-Misbah vol. 15, surat Al-Ashr ayat 1-2 ini Allah memperingatkan betapa pentingnya waktu dan bagaimana seharusnya mengisi waktu tersebut. Waktu menjadi sesuatu yang berharga bagi manusia. Bagi siapapun yang tidak menggunakan waktu dengan kegiatan yang bermanfaat, maka tidak akan mendapatkan keuntungan.

Sayyidina Ali ra. pernah berkata: “Rezeki yang tidak diperoleh hari ini masih dapat diharapkan lebih dari itu diperoleh esok, tetapi waktu yang berlalu hari ini tidak mungkin dapat diharapkan kembali esok”.

Maksud dari pernyataan tersebut adalah pertama, tidak ada yang dapat menjamin bahwa manusia akan hidup pada kemudian hari. Kedua, tidak ada yang menjamin bahwa manusia akan diberikan kesehatan, mempunyai waktu senggang layaknya hari ini. Ketiga, menunda

pekerjaan akan membuat seseorang menjadi terbiasa untuk melakukannya yang akhirnya menjadi kebiasaan buruk yang sulit dihilangkan (Harmalis, 2020:89).

Oleh karena itu, memanfaatkan waktu dengan baik merupakan suatu hal yang penting. Orang yang tidak memanfaatkan waktu luangnya maka dirinya akan merugi, begitu pula dengan orang yang menghabiskan waktunya dengan hal-hal yang negatif. Adanya kebiasaan menunda pekerjaan termasuk dalam perbuatan tercela karena seseorang tersebut telah membuang-buang waktu yang telah Allah SWT berikan kepada manusia. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Steel (2007) bahwa prokrastinasi merupakan perilaku menunda pekerjaan yang dilakukan secara sengaja meskipun dirinya mengetahui bahwa dengan menunda akan menyebabkan dampak yang buruk.

B. Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Kontrol diri menurut Calhoun & Acocella dalam Marsela & Supriatna (2019:66) merupakan suatu pengendalian proses fisik, psikologis, dan tingkah laku individu atau dapat dikatakan sebagai suatu proses yang membentuk diri seseorang. Artinya, definisi tersebut memfokuskan pada kemampuan mengatur yang harus dimiliki individu dalam membentuk pola perilaku yang meliputi seluruh proses fisik, psikologis, dan tingkah laku.

Selanjutnya, menurut Averill dalam Marsela & Supriatna (2019:67) kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah atau menyesuaikan perilakunya, kemampuan seseorang dalam mengatur informasi mana yang akan diterima atau diabaikan, dan kemampuan seseorang untuk memutuskan tindakan sesuai apa yang diyakini atau dianggap benar. Artinya, definisi tersebut menekankan pada kemampuan seseorang dalam menentukan tindakan sesuai apa yang diyakini.

Bukhori (2022: 42) lebih lanjut lagi memandang kontrol diri sebagai tindakan guna mengendalikan perilaku. Maksudnya adalah pengendalian perilaku oleh seseorang dengan memikirkan secara matang semua dampak yang terjadi sebelum mengambil tindakan. Seseorang yang telah terlatih dengan pengendalian diri yang baik menunjukkan bahwa dirinya mempunyai kontrol diri yang tinggi.

Tangney *et al* dalam Clara *et al.*, (2017:161) menyatakan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri tinggi akan mencapai prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki kontrol diri rendah. Sedangkan, pendapat Savira & Suharsono dalam Sa'adah & Sari (2023:649) bahwa siswa yang mempunyai kontrol diri yang rendah cenderung mengutamakan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas sekolahnya atau melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur proses fisik, psikologis, dan perilakunya, termasuk memilih informasi yang diterima, menyesuaikan perilaku, serta mengambil tindakan berdasarkan keyakinan. Kontrol diri yang tinggi membantu individu mencapai prestasi akademik, sedangkan kontrol diri yang rendah cenderung menyebabkan perilaku prokrastinasi.

2. Aspek Kontrol Diri

Terdapat beberapa aspek kontrol diri menurut Averill (1973:286-287) yaitu sebagai berikut:

- a. *Behavior control* atau kontrol perilaku merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini meliputi pengendalian perilaku yakni kemampuan menetapkan siapa yang mengatur situasi. Jika seseorang memiliki kontrol diri yang baik maka dapat mengatur perilakunya sendiri. Namun, jika dirinya merasa tidak mampu, maka individu tersebut akan memanfaatkan sumber lain dari luar untuk mengatasi situasi tersebut.

- b. *Cognitive control* atau kontrol kognitif merupakan kemampuan seseorang untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara memahami dan menilai untuk menggabungkan peristiwa dalam suatu kerangka berpikir untuk membantu mengurangi tekanan.
- c. *Decisional control* atau kontrol pengambilan keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih tindakan sesuai dengan sesuatu yang telah diyakini. Pengendalian individu ini akan berguna dengan baik jika individu tersebut memiliki kebebasan, kesempatan, atau peluang untuk memilih sesuatu yang sama-sama berat. Oleh karena itu, aspek yang diukur yaitu kemampuan mengendalikan tingkah laku dan kemampuan dalam pengambilan keputusan.

Selanjutnya, Tangney *et al.*, (2004) menyatakan bahwa kontrol diri terbagi menjadi lima aspek, yaitu sebagai berikut:

- a. Kedisiplinan diri (*self-discipline*) merupakan aspek yang berhubungan mengenai bagaimana individu belajar untuk disiplin. Artinya, individu dapat berkonsentrasi saat melakukan tugas dan pekerjaannya. Individu dengan kedisiplinan yang tinggi akan dapat mengontrol dirinya dari kegiatan yang dapat mengganggu konsentrasinya.
- b. Aksi yang tidak impulsif (*deliberate/non-impulsive*), aspek ini menjelaskan bahwa individu akan lebih berhati-hati dan tidak tergesa-gesa dalam keputusan tentang bagaimana dirinya akan bertindak. Dalam membuat dan mengambil aksi, individu yang *non-impulsive* akan lebih santai, tenang, dan tidak mudah kehilangan konsentrasi saat mengerjakan sesuatu.
- c. Pola hidup sehat (*healthy habits*) yaitu kemampuan individu untuk beradaptasi dengan pola hidup yang sehat. Individu dengan pola hidup sehat akan menolak untuk melakukan sesuatu yang berdampak buruk sekalipun hal tersebut menyenangkan dan dampaknya tidak diterima secara langsung.

- d. Etika dalam melakukan sesuatu (*work ethic*) merupakan aspek kontrol diri yang berkaitan dengan pelayanan etika kerja. Individu akan menampilkan pekerjaan terbaiknya walaupun terkena pengaruh oleh sesuatu yang menyenangkan. Individu dengan *work ethic* yang tinggi akan fokus pada pekerjaan yang sedang dikerjakan.
- e. Kecakapan atau kehandalan (*reliability*) yaitu aspek yang berhubungan dengan kemampuan individu dalam menilai saat memutuskan sesuatu dalam jangka panjang. Individu akan konsisten dengan segala aksinya saat melakukan pekerjaan apapun.

Berdasarkan uraian aspek di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat empat aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill yaitu *behavior control*, *cognitive behavior*, dan *decisional control*. Di sisi lain, terdapat lima aspek yang dikemukakan oleh Tangney dkk (2004) yaitu *self-discipline*, *deliberate/non-impulsive*, *healthy habits*, *work ethic*, *reliability*. Pada penelitian kali ini, peneliti akan menggunakan aspek dari Averill (1973).

3. Kontrol Diri Dalam Perspektif Islam

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan sikap dan tingkah lakunya agar sesuai dengan kondisi dan keinginan lingkungan sekitarnya. Seseorang dengan kontrol diri yang tinggi akan memandang lingkungan sekitarnya secara positif. Lain halnya pada seseorang dengan kontrol diri yang rendah cenderung memandang orang dan lingkungan sekitarnya secara negatif (Rohman dkk, 2023:36).

Dalam Islam, setiap orang diperintahkan untuk menjaga diri dan mengendalikan diri dalam berperilaku dan bertindak sesuai dengan apa yang telah diperintahkan oleh Allah dan Rasulullah. Dalam Islam juga disebutkan bahwa kontrol diri dilambangkan dengan istilah *mujahadah an-nafs*. Hal tersebut juga pernah diceritakan oleh Rasulullah SAW setelah perang badar. Rasulullah SAW memandang bahwa perang badar

merupakan perang kecil apabila dibandingkan dengan perang melawan diri sendiri (Rohman *et al.*, 2023:36). Sesuai dengan Firman Allah dalam Al-Qur'an Surat Ghafir Ayat 39 yang berarti:

Artinya: "Wahai kaumku, sesungguhnya kehidupan dunia ini hanyalah kesenangan (sementara) dan sesungguhnya akhirat itulah negeri yang kekal". (QS. Al-Ghafir:39).

Menurut Quraish Shihab (2016: 620-621) pada karyanya yang berjudul Tafsir Al-Misbah vol. 12 dalam ayat ini, Allah menekankan bahwa segala bentuk kesenangan manusia di dunia ini hanya sementara. Oleh karena itu, semua manusia diperintahkan untuk melakukan kebaikan dan mengendalikan diri dari perbuatan buruk karena Allah akan memberi ganjaran yang sifatnya kekal dari kemewahan dunia kelak di akhirat. Perwujudan untuk memenuhi kebutuhan tersebut salah satunya yaitu dengan mengontrol diri dari hal-hal yang berlebihan.

C. Konformitas Teman Sebaya

1. Definisi Konformitas Teman Sebaya

Konformitas merupakan kondisi di mana seseorang berusaha menyesuaikan diri dengan kelompok sosialnya karena merasa ada tekanan atau dorongan untuk mengikuti apa yang ada di sekitarnya (Sears dalam Anam, 2017:119). Konformitas dalam kelompok menyebabkan individu menunjukkan dan melakukan perilaku sesuai dengan apa yang diinginkan oleh kelompok baik benar atau salah yang sebenarnya tidak ingin dilakukan oleh individu tersebut (Myers dalam Anam, 2017:120).

Mardison (2016:80) menjelaskan bahwa definisi konformitas terdiri dari tiga inti yaitu penyesuaian, artinya individu akan melakukan penyesuaian sesuai dengan norma yang telah ditetapkan dalam kelompok. Perubahan, artinya adanya perubahan keyakinan, sikap, dan perilaku sebagai hasil dari penyesuaian diri sesuai norma yang berlaku dalam kelompok. Tekanan kelompok, artinya individu melakukan

penyesuaian terhadap kelompok karena adanya tekanan dalam kelompok yang sifatnya nyata maupun tidak nyata.

Lebih lanjut lagi Hurlock dalam Arisandy & Siregar (2024:87) menjelaskan bahwa para remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan teman sebayanya. Anak dengan usia 13-17 tahun cenderung berusaha untuk menyamakan dirinya dengan teman sebayanya dalam berpakaian, berperilaku, bergaya, dan lain sebagainya. Sejalan dengan pendapat Mudzkiyyah & Nuriyyatiningrum (2021) bahwa teman sebaya berperan penting dalam memberikan informasi dan contoh dalam bertindak.

Adanya pengaruh kuat dari teman sebaya akan berdampak pada perubahan perilaku remaja. Para remaja mempunyai ikatan emosional dengan teman-temannya yang mana di dalamnya terdapat nilai, norma, dan aturan yang harus dihargai dan diikuti. Setiap kelompok teman sebaya mempunyai nilai, norma, dan aturan yang berbeda-beda, sehingga para remaja perlu menyesuaikan diri dengan aturan yang telah ditetapkan dalam lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, adanya pengaruh yang kuat dari kelompok teman sebaya tidak dapat diabaikan begitu saja (Sari *et al.*, 2023:161).

Dengan mengikuti kelompok dan teman sebayanya akan meningkatkan kepercayaan diri individu dan besarnya peluang diterima dalam kelompok, sehingga individu akan berperilaku yang mirip dengan kelompoknya tanpa penolakan. Dari paparan tersebut, maka definisi dari konformitas teman sebaya merupakan penyesuaian individu dalam bersikap dan berperilaku sesuai dengan aturan dalam kelompok teman sebaya (Sari *et al.*, 2023:161). Sejalan dengan pendapat Arisandy & Siregar (2024:87) bahwa konformitas teman sebaya berupa perubahan pada kepercayaan dan perilaku sesuai dengan keyakinan dan perilaku dari teman sebayanya, sekalipun itu berlawanan dengan keyakinannya.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa konformitas teman sebaya merupakan cara individu untuk

menyesuaikan diri dengan kelompok teman sebayanya karena adanya tekanan yang menyebabkan perubahan sikap, perilaku, dan keyakinan sesuai dengan norma yang berlaku dalam kelompok agar dapat diterima dalam kelompok, meskipun terkadang berlawanan dengan keyakinan pribadi.

2. Aspek Konformitas Teman Sebaya

Taylor (2009) menyebutkan bahwa terdapat lima aspek pada konformitas, yaitu sebagai berikut:

- a. Peniruan, keinginan seseorang untuk meniru orang lain, baik secara langsung maupun karena tekanan (nyata atau hanya dibayangkan), membuat mereka berkonformitas.
- b. Penyesuaian, keinginan untuk diterima oleh orang lain membuat seseorang menyesuaikan diri dengan kelompok dan bersikap sesuai dengan norma-norma yang ada.
- c. Kepercayaan, semakin kuat keyakinan seseorang terhadap informasi yang diberikan orang lain, semakin besar kemungkinan mereka akan mengikuti atau setuju dengan informasi tersebut.
- d. Kesepakatan, keputusan bersama dalam kelompok menciptakan kekuatan sosial yang mendorong anggota kelompok untuk berkonformitas.
- e. Ketaatan, tindakan atau respons seseorang yang muncul karena loyalitas atau ketundukan terhadap otoritas tertentu, membuat mereka cenderung mengikuti apa yang diperintahkan atau disampaikan oleh pihak berwenang.

Lebih lanjut lagi, Baron dan Byrne (2005) menyebutkan aspek konformitas sebagai berikut:

- a. Aspek normatif merupakan adanya ketakutan akan penolakan dan keinginan agar disukai dalam kelompok.
- b. Aspek informasional merupakan perasaan individu yang merasa benar mengenai pandangannya terhadap lingkungan sosial.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa aspek konformitas dari Taylor yaitu peniruan, penyesuaian, kepercayaan, kesepakatan, dan ketaatan. Sedangkan, aspek dari Baron dan Byrne yaitu aspek normatif dan aspek informasional. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan aspek dari Baron & Byrne (2005).

3. Konformitas Teman Sebaya Dalam Perspektif Islam

Dalam kehidupan, peran teman sebaya dapat berpengaruh baik atau buruk, tergantung pada bagaimana cara individu menyikapinya. Apabila individu tidak mempunyai pendirian yang kuat, maka akan mudah terpengaruh oleh teman sebayanya, baik dalam hal positif ataupun negatif (Kurnia et al., 2023:118).

Perilaku terpuji Rasulullah SAW. telah dicontoh oleh para sahabat Rasul. Hal tersebut menunjukkan bahwa gambaran perilaku yang dianjurkan dalam Islam yaitu sesuai dengan perilaku Rasulullah SAW. Allah SWT. berfirman dalam Q.S. At-Taubah ayat 100 yang berarti:

Artinya: “Dan orang-orang yang terdahulu lagi yang pertama-tama (masuk Islam) di antara orang-orang Muhajirin dan Ansar dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik, Allah ridha kepada mereka dan mereka pun ridha kepada Allah. Allah menyediakan bagi mereka surga-surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai. Mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Itulah kemenangan yang agung.” (Q.S. At-Taubah: 100).

Menurut Quraish Shihab (2016: 223) pada karyanya yang berjudul Tafsir Al-Misbah Vol. 5, banyak ulama menjadikan ayat 100 sebagai dasar untuk menegaskan kewajiban menghormati sahabat Nabi saw. Ayat ini juga digunakan untuk menyatakan bahwa para sahabat memiliki integritas, kejujuran, dan amanah, sehingga berita yang mereka sampaikan dari Rasul harus diterima sebagai kebenaran. Meskipun mereka bisa saja salah, hal itu tidak mengurangi kejujuran mereka. Jika ada perbedaan antara informasi dari sahabat dengan sumber yang lebih kuat, maka informasi tersebut ditolak bukan karena dianggap dusta, tetapi karena adanya kesalahan yang wajar terjadi.

Firman-Nya: *wa al-ladzina at-taba'uhum bi ihsan* yang berarti *dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik* dapat diartikan bahwa mereka mengikuti kaum Muhajirin dan Anshar berdasarkan sesuatu yang benar, yaitu berdasarkan kebenaran dan keimanan, bukan karena dorongan hawa nafsu. Hal ini berbeda dengan orang-orang jahiliyah yang mengikuti leluhur mereka atas dasar kebatilan. Ada juga yang menafsirkan bagian ayat ini sebagai ajakan untuk mengikuti kaum Muhajirin dan Anshar dalam segala kebaikan yang mereka lakukan.

Bagaimana pun, para sahabat dijadikan panutan oleh keturunan setelahnya karena amal saleh dan keimanan yang mereka lakukan. Para sahabat tidak akan dipuji dan tidak pantas dijadikan panutan tanpa amal saleh dan keimanannya. Oleh karena itu, dalam ayat ini ditegaskan bahwa Allah akan meridhai dan mempersiapkan surga bagi mereka yang beriman dan bertakwa.

D. Pengaruh Kontrol Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa

Prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan menunda pekerjaan yang berkaitan dengan tugas formal yaitu tugas akademik (Ferrari dalam Dewi & Alfita, 2015:13). Candra et al., (2014) menyebutkan bahwa faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari kondisi fisik (usia, jenis, kelamin, *fatigue*) dan kondisi psikologis (konsep diri, kepercayaan diri, kontrol diri). Sedangkan, faktor eksternal berasal dari lingkungan keluarga (pengasuhan orang tua), lingkungan sekolah (cara pengajaran guru, pengaruh teman sebaya), dan lingkungan masyarakat (adanya lingkungan yang tidak mendukung)

Clara dkk dalam Risty & Fahmawati (2024:3) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa kontrol diri memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada seseorang. Averill dalam Marsela & Supriatna (2019:67) menyebutkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah atau menyesuaikan perilakunya, kemampuan seseorang dalam

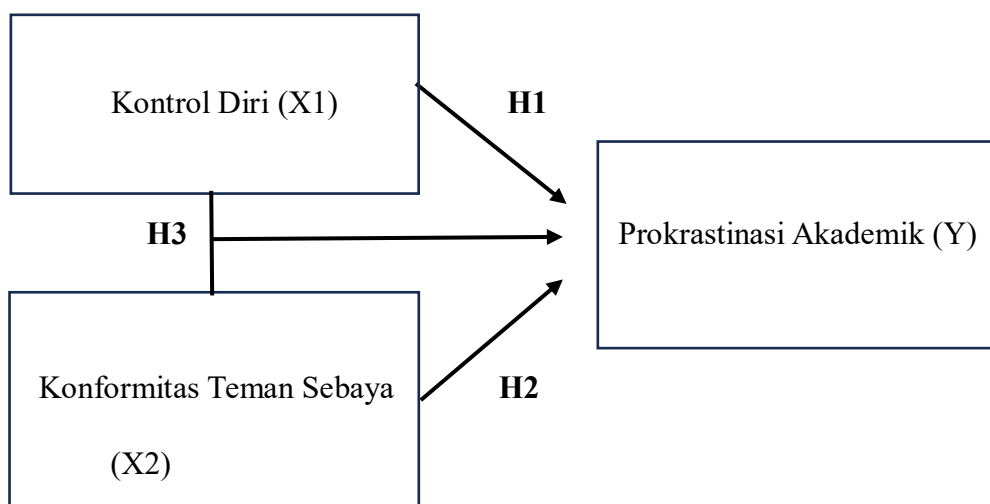
mengatur informasi mana yang akan diterima atau diabaikan, dan kemampuan seseorang untuk memutuskan tindakan sesuai apa yang diyakini atau dianggap benar.

Tangney *et al* dalam Clara *et al.*, (2017:161) menyatakan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri tinggi akan mencapai prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki kontrol diri rendah. Sedangkan, pendapat Savira & Suharsono dalam Sa'adah & Sari (2023:649) bahwa siswa yang mempunyai kontrol diri yang rendah cenderung mengutamakan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas sekolahnya atau melakukan prokrastinasi.

Selain kontrol diri, perilaku konformitas juga dapat memengaruhi prokrastinasi akademik (Avico & Mujidin, 2014:63). Astuti & Nuraini dalam Delviano *et al.*, (2023:45) menjelaskan bahwa konformitas merupakan adanya peniruan sikap dan perilaku agar sejalan dengan norma sosial dan aturan sebagai proses penyesuaian diri seseorang dengan kelompok teman sebayanya. Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Arisandy & Siregar (2024) yang menyebutkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik yang artinya semakin tinggi konformitas maka semakin tinggi pula prokrastinasi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor kontrol diri memiliki pengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik yang mana semakin tinggi kontrol diri seseorang maka semakin rendah tingkat prokrastinasinya, sedangkan faktor konformitas teman sebaya memiliki pengaruh yang positif terhadap prokrastinasi akademik yang artinya semakin tinggi konformitas maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasinya.

Berikut adalah bagan pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik:



E. Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan sementara terhadap masalah yang dikaji. Hipotesis dipandang sebagai instrumen kerja dalam sebuah teori yang sifatnya khusus dan dapat diuji secara empiris (Djaali, 2021:15). Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

H₁ : Terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

H₂ : Terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

H₃ : Terdapat pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini digunakan metode kuantitatif. Metode ini digunakan untuk mengkaji populasi atau sampel tertentu, yang mana data dikumpulkan melalui instrumen penelitian, kemudian dianalisis secara kuantitatif atau statistik. Tujuan utama dari metode ini adalah untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Disebut metode kuantitatif karena data yang diperoleh berupa angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik (Sugiyono, 2017: 37).

Jenis penelitian ini yaitu kausalitas yang mana tujuannya guna mengukur seberapa peran variabel independen dapat memengaruhi variabel dependen (Sekaran, 2006: 52). Berdasarkan pendapat Bakry (2016: 47), pendekatan kausal berfokus untuk mengetahui pengaruh antara dua atau lebih variabel. Dalam penelitian ini, pendekatan kausalitas digunakan untuk menganalisis pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian yaitu atribut, karakteristik, atau nilai dari seseorang, objek, atau aktivitas yang memiliki variasi tertentu dan ditentukan oleh peneliti untuk diteliti serta dijadikan dasar dalam menarik kesimpulan (Sugiyono, 2016:39).

Terdapat dua macam variabel, yaitu variabel *independen* atau yang sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, *antecedent*, dan variabel bebas. Variabel *independen* yaitu variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2016:39). Variabel *dependen* atau yang sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen, dan terikat. Variabel *dependen* yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi

akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016:40). Variabel dalam penelitian ini yaitu:

- a. Variabel *Independen* (X1): Kontrol Diri
- b. Variabel *Independen* (X2): Konformitas Teman Sebaya
- c. Variabel *Dependen* (Y): Prokrastinasi Akademik

2. Definisi Operasional

Definisi operasional yaitu suatu penjelasan yang dilandaskan pada karakteristik yang dapat diamati dari sesuatu yang sedang dideskripsikan atau dengan kata lain mengganti rancangan berupa konstruk menjadi kata-kata yang mencerminkan tingkah laku atau fenomena yang dapat diamati, diuji, dan dibuktikan kebenarannya oleh orang lain (Young dalam Sarwono, 2018: 67). Definisi operasional dalam penelitian ini yaitu:

- a. Prokrastinasi Akademik (Y)

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas yang berkaitan dengan akademik dengan sengaja dan irasional sampai mendekati waktu yang telah ditentukan dengan melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan. Variabel prokrastinasi diukur menggunakan skala prokrastinasi akademik berdasarkan aspek *perceived time, intention-action gap, emotional distress, perceived ability*. Semakin tinggi skor yang didapat subjek, menunjukkan semakin tinggi pula prokrastinasi akademiknya dan semakin rendah skor yang didapat subjek, menunjukkan semakin rendah pula prokrastinasi akademiknya.

b. Kontrol Diri (X1)

Kontrol Diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur proses fisik, psikologis, dan perilakunya, termasuk memilih informasi yang diterima, menyesuaikan perilaku, serta mengambil tindakan berdasarkan keyakinan. Variabel kontrol diri diukur menggunakan skala kontrol diri berdasarkan aspek *behavior control*, *cognitive control*, *decisional control*. Semakin tinggi skor yang didapat subjek, menunjukkan semakin tinggi pula kontrol diri dan semakin rendah skor yang didapat subjek, menunjukkan semakin rendah juga kontrol dirinya.

c. Konformitas Teman Sebaya (X2)

Konformitas teman sebaya merupakan perubahan sikap, perilaku, dan keyakinan individu untuk menyesuaikan diri dengan kelompok teman sebayanya karena adanya tekanan sesuai dengan norma yang berlaku dalam kelompok agar dapat diterima dalam kelompok, meskipun terkadang berlawanan dengan keyakinan pribadi. Variabel konformitas diukur menggunakan skala konformitas teman sebaya berdasarkan aspek normatif dan aspek informatif. Semakin tinggi skor yang didapat subjek, menunjukkan semakin tinggi pula konformitasnya dan semakin rendah skor yang didapat subjek, menunjukkan semakin rendah juga konformitasnya.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu di Madrasah Aliyah Negeri 2 Rembang tepatnya berada di Jalan Sunan Bonang Km.01, Desa Ngemplak Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang. Penelitian ini dilakukan pada 31 Mei - 10 Juni 2025.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang meliputi subjek maupun objek objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik

tertentu yang dipilih oleh peneliti untuk dikaji dan diambil kesimpulannya. Populasi bukan hanya melihat pada jumlah subjek atau objek yang diteliti, namun juga meliputi semua karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut (Sugiyono, 2016:90).

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa Madrasah Aliyah Negeri 2 Rembang sebanyak 1.299 siswa.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2016:91), sampel merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel yang diambil harus benar-benar representatif atau mampu mewakili populasi. Berdasarkan pendapat Sarwono (2018: 115), salah satu cara menentukan jumlah sampel dapat menggunakan rumus Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10%. Semakin tinggi tingkat kesalahan yang dapat diterima, semakin sedikit jumlah sampel yang dipilih. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kesalahan yang dapat diterima, semakin banyak sampel yang dipilih.

Dalam penelitian ini, jumlah populasi yang diteliti adalah sebanyak 1.299 siswa. Penelitian ini menggunakan tingkat kesalahan sebesar 10%, dengan rumus Isaac dan Michael, maka jumlah sampel yang digunakan yaitu 224 siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Namun, dalam pelaksanaan penelitian ini jumlah keseluruhan subjek yang didapatkan sebanyak 226 siswa yang tinggal di pondok pesantren

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yaitu cara yang digunakan untuk menentukan sampel dalam sebuah penelitian (Sudaryana, 2018: 49). Dalam penelitian ini, sampel diambil menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu metode di mana setiap anggota populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Jenis *non-probability*

sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu (Sudaryana, 2018: 50).

Kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Siswa/siswi berstatus aktif di MAN 2 Rembang
- b. Laki-laki dan perempuan
- c. Tinggal di pondok pesantren

E. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan kuesioner. Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner dapat berisi pertanyaan atau pernyataan yang bersifat tertutup maupun terbuka, yang disampaikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos maupun internet (Sugiyono, 2013:142).

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti serta bertujuan menghasilkan data kuantitatif yang akurat. Oleh karena itu, setiap instrumen perlu dilengkapi dengan skala (Sugiyono, 2016). Penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala *likert*, yang berfungsi untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2016: 107). Skala yang digunakan meliputi skala prokrastinasi akademik, skala kontrol diri, dan skala konformitas teman sebaya, yang terdiri atas pernyataan mendukung (*favorable*) dan tidak mendukung (*unfavorable*). Respon diberikan melalui empat pilihan jawaban: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Dalam penelitian ini, skor untuk pernyataan *favorable* yaitu sangat setuju (4), setuju (3), tidak setuju (2), dan sangat tidak setuju (1). Sedangkan, skor untuk pernyataan *unfavorable* yaitu sangat setuju (1), setuju (2), tidak setuju (3), dan sangat tidak setuju (4).

Tabel 3. 1 Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Berikut ini adalah skala yang akan digunakan dalam penelitian ini:

1. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala prokrastinasi akademik disusun berdasarkan aspek prokrastinasi yang dikemukakan oleh Steel (2007) yaitu *perceived time*, *intention-action gap*, *emotional distress*, dan *perceived ability*.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Perceived Time</i>	1, 5, 17, 21	9, 13, 25, 29	8
<i>Intention-Action Gap</i>	2, 6, 18, 22	10, 14, 26, 30	8
<i>Emotional Distress</i>	3, 7, 19, 23	11, 15, 27, 31	8
<i>Perceived Ability</i>	4, 8, 20, 24	12, 16, 28, 32	8
Jumlah	16	16	32

2. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Averill (1973) yaitu *behavioral control*, *cognitive control*, dan *decision control*.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Kontrol Diri

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Behavior Control</i>	1, 4, 14, 24	7, 11, 17, 20	8
<i>Cognitive Control</i>	2, 5, 15, 25, 27, 28	8, 9, 12, 18, 21, 22	12
<i>Decision Control</i>	3, 6, 16, 26	10, 13, 19, 23	8
Jumlah	14	14	28

3. Skala Konformitas Teman Sebaya

Skala konformitas disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Baron dan Byrne (2005) yaitu aspek normatif dan aspek informatif.

Tabel 3. 4 *Blueprint* Konformitas Teman Sebaya

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Aspek Normatif	1, 2, 5, 6, 9, 10, 13, 14	17, 18, 21, 22, 25, 26, 28, 29	16
Aspek Informatif	3, 4, 7, 8, 11, 12, 16	15, 19, 20, 23, 24, 27, 30	14
Jumlah	15	15	30

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas merupakan kemampuan suatu alat ukur untuk mengukur apa yang menjadi tujuan pengukurannya. Uji validitas dilakukan untuk menentukan sejauh mana suatu alat ukur berfungsi dengan tepat, yaitu apakah alat yang telah dirancang benar-benar dapat mengukur hal yang seharusnya diukur. Dengan kata lain, uji validitas digunakan untuk memastikan apakah sebuah kuesioner sah dan layak digunakan (Darma, 2021:7).

Validitas terdiri dari tiga macam Zayrin *et al* (2025), yaitu pertama validitas isi atau *content validity* menunjukkan sejauh mana item-item dalam instrumen mewakili seluruh aspek dari konstruk yang akan diukur. Penilaian ini umumnya dilakukan melalui pertimbangan para ahli atau *expert judgment*, kedua validitas konstruk atau *construct validity* ialah memeriksa kesesuaian antara teori yang menjadi dasar konstruk dengan data empiris, biasanya dianalisis menggunakan metode statistik seperti analisis faktor, ketiga validitas kriteria atau *criterion-related validity* yaitu memeriksa keterkaitan antara hasil pengukuran dengan kriteria eksternal tertentu, baik yang dilakukan secara bersamaan (validitas konkuren) maupun untuk tujuan prediksi (validitas prediktif).

Penelitian ini menggunakan validitas isi yang mana kelayakan suatu item dapat dinilai berdasarkan hasil penilaian ahli (*expert judgment*) atau evaluasi subjektif yang diberikan oleh beberapa orang (Periantalo, 2016:98). Dalam penelitian ini *expert judgment* dilakukan oleh dua orang dosen pembimbing. Menurut (Azwar, 2022: 10), standar pengukuran untuk menentukan validitas suatu item adalah lebih dari 0,3. Jika jumlah item yang memiliki indeks daya diskriminasi sebesar 0,3 atau lebih ternyata lebih banyak daripada jumlah item yang dibutuhkan untuk dijadikan skala, maka kita bisa memilih item-item dengan indeks tertinggi.

Sebaliknya, jika jumlah item yang memenuhi syarat masih kurang dari jumlah yang diinginkan, kita bisa mempertimbangkan untuk sedikit menurunkan batas minimum dari 0,3 menjadi, misalnya, 0,25 agar jumlah item yang dibutuhkan dapat terpenuhi (Azwar, 2008). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan standar 0,25.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan sejauh mana suatu alat ukur mampu memberikan hasil yang stabil saat digunakan untuk mengukur sesuatu. Reliabilitas juga dikenal sebagai keandalan, konsistensi, atau keterpercayaan (Uyun & Yoseanto, 2022: 72). Pada dasarnya, uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur variabel berdasarkan pernyataan atau pertanyaan yang digunakan dalam instrumen (Darma, 2021: 17).

Uji reliabilitas dilakukan dengan membandingkan nilai *Cronbach's alpha* menggunakan SPSS 24 *for windows* dengan tingkat atau taraf signifikansi yang digunakan. Tingkat atau taraf signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 0,60. Sugiyono (2014: 231) menyebutkan bahwa item yang reliabel jika $r > 0,60$ dan item yang tidak reliabel jika $r < 0,60$.

G. Hasil Uji Coba Validitas dan Reliabilitas

1. Hasil Uji Validitas

Instrumen penelitian yang akan digunakan harus memenuhi syarat valid dan reliabel (Astutik *et al.*, 2022). Maka, peneliti melakukan uji coba skala pada 12-15 Mei 2025. Skala dalam penelitian ini terdiri dari skala prokrastinasi akademik, skala kontrol diri, dan skala konformitas teman sebaya yang telah dilakukan uji validitas dengan total item sebanyak 90 item. Uji coba skala dilakukan kepada 33 subjek selain yang dijadikan sebagai subjek utama. Berikut ini hasil uji coba dari masing-masing variabel:

a. Prokrastinasi Akademik

Peneliti membuat item pernyataan berdasarkan aspek dari Steel. Uji coba skala prokrastinasi akademik terdiri dari 32 item yang diolah dengan menggunakan IBM SPSS Statistics 24. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan, pada nilai *corrected item-total correlation* didapatkan bahwa sebanyak 6 item gugur karena memiliki nilai koefisien $< 0,25$ dan terdapat 26 item yang dinyatakan valid karena memiliki nilai koefisien $> 0,25$.

Tabel 3. 5 *Blueprint* Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1	<i>Perceived Time</i>	Individu gagal dalam menepati <i>deadline</i>	1, 17*	9, 25	4
		Individu melakukan hal yang lebih menyenangkan	5, 21*	13, 29	4
2	<i>Intention-Action Gap</i>	Gagal mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang telah ditentukan	2, 18	10, 26	4
		Tidak membuat jadwal perencanaan tugas	6, 22	14, 30	4

3	<i>Emotional Distress</i>	Adanya perasaan khawatir saat melakukan prokrastinasi	3, 19	11*, 27*	4
		Adanya perasaan tidak nyaman dengan dampak negatif karena melakukan prokrastinasi	7*, 23*	15, 31	4
4	<i>Perceived Ability</i>	Individu ragu dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas	4, 20	12, 28	4
		Individu tertekan dengan tugas yang diberikan	8, 24	16, 32	4
Jumlah			16	16	32

*Noted: * item yang gugur*

b. Kontrol Diri

Peneliti membuat item pernyataan berdasarkan aspek dari Averill. Uji coba skala kontrol diri terdiri dari 28 item yang diolah dengan menggunakan IBM SPSS Statistics 24. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan, pada nilai *corrected item-total correlation* didapatkan hasil bahwa tidak ada item yang gugur dan 28 item dinyatakan valid karena memiliki nilai koefisien $> 0,25$.

Tabel 3. 6 *Blueprint* Skala Kontrol Diri setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1	<i>Behavior Control</i>	Individu mampu mengendalikan perilaku	1, 14	7, 20	4
		Individu mampu mengatur perilakunya dalam pelaksanaan tugas	4, 24	11, 17	4
2	<i>Cognitive Control</i>	Individu mampu mengolah informasi	2, 15	8, 21	4
		Individu mampu mengendalikan emosi	5, 27	9, 18	4
		Individu mampu mengendalikan pikiran negatif	25, 28	12, 22	4

3	Decisional Control	Kebebasan individu untuk berperilaku sesuai dengan keyakinan	3, 16	10, 23	4
		Individu mampu mengambil keputusan sesuai dengan keyakinan	6, 26	13, 19	4
Jumlah			14	14	28

c. Konformitas Teman Sebaya

Peneliti membuat item pernyataan berdasarkan aspek dari Baron dan Byrne. Uji coba skala konformitas teman sebaya terdiri dari 30 item yang diolah dengan menggunakan IBM SPSS Statistics 24. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan, pada nilai *corrected item-total correlation* didapatkan bahwa sebanyak 16 item gugur karena memiliki nilai koefisien $< 0,25$ dan terdapat 14 item yang dinyatakan valid karena memiliki nilai koefisien $> 0,25$.

Tabel 3. 7 *Blueprint* Skala Konformitas Teman Sebaya Setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			F	UF	
1	Aspek Normatif	Berperilaku agar disukai dan diterima oleh kelompok	1*, 5*, 9, 13*	17*, 21, 25, 28	8
		Berperilaku agar terhindar dari penolakan kelompok	2*, 6*, 10, 14	18, 22*, 26, 29	8
2	Aspek Informatif	Individu berperilaku sesuai dengan informasi dari kelompok	3*, 7*, 11	15, 19, 23*	6
		Individu menerima pendapat kelompok	4*, 8, 12*, 16*	20*, 24*, 27*, 30	8
Jumlah			15	15	30

*Noted: * item yang gugur*

2. Hasil Uji Reliabilitas

a. Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil pengujian melalui program IBM SPSS Statistics 24 didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* pada skala prokrastinasi akademik sebelum item gugur sebesar 0,888 dengan total item sebanyak 32 item. Terdapat item yang gugur sebanyak 6 item sehingga masih tersisa 26 item dengan hasil nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,920 yang artinya bahwa skala prokrastinasi akademik dapat dikatakan reliabel karena memiliki nilai koefisien $> 0,60$.

Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.888	32

Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.920	26

b. Kontrol Diri

Berdasarkan hasil pengujian melalui program IBM SPSS Statistics 24 didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* pada skala kontrol diri sebesar 0,923 dengan total item sebanyak 28 item. Pada skala kontrol diri tidak terdapat item yang gugur. Dengan melihat nilai *Cronbach's Alpha* dapat dikatakan bahwa skala kontrol diri dapat dikatakan reliabel karena memiliki nilai koefisien $> 0,60$.

Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Setelah Uji Coba Skala

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.923	28

c. Konformitas Teman Sebaya

Berdasarkan hasil pengujian melalui program IBM SPSS Statistics 24 didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* pada skala konformitas teman sebaya sebelum item gugur sebesar 0,669 dengan total item sebanyak 30 item. Terdapat item yang gugur sebanyak 16 item sehingga masih tersisa 14 item dengan hasil nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,790 yang artinya bahwa skala konformitas teman sebaya dapat dikatakan reliabel karena memiliki nilai koefisien $> 0,60$.

Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.669	30

Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.790	14

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses mengelompokkan data menurut variabel dan macam responden, membuat tabel data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data dari setiap variabel yang dikaji, memproses data untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang diajukan (Sugiyono, 2016:169). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah variabel residual dalam model regresi terdistribusi normal atau tidak (Uyun & Yoseanto, 2022: 126). Uji normalitas dilakukan dengan memperhatikan sebaran data menggunakan uji *one sample Kolmogorov-Smirnov* (Abdullah, 2015: 322). Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan dengan metode *one sample Kolmogorov-Smirnov* untuk memeriksa apakah distribusi data normal (Siregar, 2014). Data dianggap terdistribusi normal jika nilai signifikansinya $p > 0,05$, sementara data dianggap tidak terdistribusi normal jika nilai signifikansinya $p < 0,05$.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas yaitu ketika hubungan antara variabel dependen dan variabel independen bersifat linear (garis lurus) dalam rentang tertentu (Abdullah, 2015: 323). Uji ini bertujuan untuk menentukan apakah model yang digunakan sudah tepat atau tidak (Uyun & Yoseanto, 2022:128).

Pada penelitian ini menggunakan uji linearitas *test for linearity* melalui program SPSS 24 *for windows* dengan nilai taraf signifikansi sebesar $p < 0,05$. Data dikatakan linear apabila hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen memiliki nilai *Deviation from Linearity Sig.* $> 0,05$ (Kasiram, 2010: 132).

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas tujuannya untuk mengetahui apakah ada kesamaan antara variabel dependen dengan variabel independen pada teknik regresi berganda (Sujarweni *et al.*, 2014). Cara yang digunakan untuk melihat multikolinearitas ini menggunakan nilai VIF (*varian inflation factor*) dan *tolerance*. Data dapat dikatakan tidak multikolinearitas jika nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* $> 0,10$.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan prosedur untuk menentukan kekuatan sampel suatu penelitian berdasarkan populasi. Purwanto (2010: 145) menjelaskan bahwa uji hipotesis merupakan proses yang digunakan untuk memutuskan apakah hipotesis sementara atau dugaan yang dibuat oleh peneliti sebelumnya diterima atau ditolak.

Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi berganda, yang bertujuan untuk memodelkan hubungan antara beberapa variabel independen dan variabel dependen. (Azwar, 2005: 8) menyatakan bahwa hipotesis diterima jika nilai signifikansinya $p < 0,05$. Uji hipotesis dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen, yaitu kontrol diri dan konformitas teman sebaya, terhadap variabel dependen, yaitu prokrastinasi akademik. Analisis dilakukan menggunakan program SPSS 24 *for Windows* dan disajikan dalam bentuk *output* tabel koefisien.

BAB IV

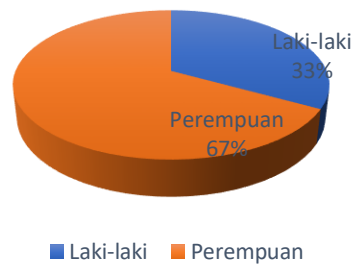
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

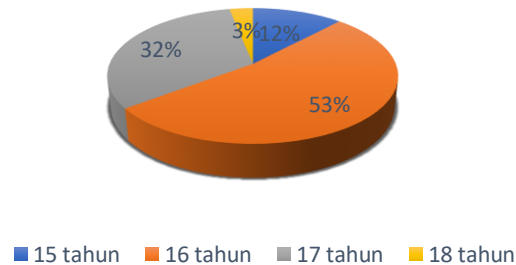
Subjek dalam penelitian ini yaitu siswa siswi MAN 2 Rembang yang masih berstatus aktif dan tinggal di pondok pesantren. Jumlah populasi dalam penelitian ini ialah sebesar 1.299 dengan menggunakan rumus tabel *Isaac* dan *Michael* didapatkan jumlah sampel sebanyak 224, namun dalam pelaksanaan penelitian ini jumlah keseluruhan subjek yang didapatkan sebanyak 226 siswa yang tinggal di pondok pesantren. Berikut ini adalah deskripsi subjek dalam penelitian ini:

Gambar 4. 1
Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin
Jenis Kelamin



Berdasarkan diagram kategorisasi jenis kelamin, dengan jumlah responden sebanyak 226 siswa, menunjukkan bahwa terdapat jumlah siswa laki-laki sebanyak 75 dengan persentase sebesar 33% dan siswa perempuan sebanyak 151 dengan persentase sebesar 67%.

Gambar 4. 2
Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia



Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa dari jumlah seluruh subjek sebanyak 226 siswa didapatkan sebanyak 27 siswa berusia 15 tahun dengan persentase sebesar 12%, 119 siswa berusia 16 tahun dengan persentase sebesar 53%, 73 siswa berusia 17 tahun dengan persentase sebesar 32%, dan 7 siswa berusia 18 tahun dengan persentase sebesar 3%.

Tabel 4. 1
Deskripsi Kelas Subjek

Kelas	Jumlah	Persentase
10	123	54%
11	103	46%
Total	226	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari jumlah keseluruhan subjek sebanyak 226 siswa, terdapat 123 siswa dengan persentase sebesar 54% dari kelas 10 dan 103 siswa dengan persentase sebesar 46% dari kelas 11.

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kontrol diri, konformitas teman sebaya, dan prokrastinasi akademik. Variabel penelitian dikategorisasikan berdasarkan nilai rata-rata dan standar

variabel setiap variabelnya. Terdapat tiga kategori variabel penelitian yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 4. 2
Hasil Uji Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kontrol Diri	226	42.00	109.00	85.4425	12.57612
Konformitas Teman Sebaya	226	15.00	49.00	37.3805	5.47450
Prokrastinasi Akademik	226	30.00	98.00	51.7611	12.35279
Valid N (listwise)	226				

Berdasarkan hasil uji deskriptif di atas, peneliti mendeskripsikan bahwa:

- Variabel Kontrol Diri (X1), berdasarkan data di atas diperoleh bahwa nilai minimum data kontrol diri sebesar 42, sedangkan nilai maksimumnya sebesar 109. Nilai rata-rata data kontrol diri sebesar 85,4425 dan standar deviasinya yaitu 12,57612.
- Variabel Konformitas Teman Sebaya (X2), berdasarkan data di atas diperoleh bahwa nilai minimum data konformitas teman sebaya sebesar 15, sedangkan nilai maksimumnya sebesar 49. Nilai rata-rata data konformitas teman sebaya sebesar 37,3805 dan standar deviasinya yaitu 5,47450.
- Variabel Prokrastinasi Akademik (Y), berdasarkan data di atas diperoleh bahwa nilai minimum data prokrastinasi akademik sebesar 30, sedangkan nilai maksimumnya sebesar 98. Nilai rata-rata data prokrastinasi akademik sebesar 51,7611 dan standar deviasinya yaitu 12,35279.

Berdasarkan hasil uji deskriptif di atas, maka kategorisasi variabel penelitian dapat dideskripsikan sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Kontrol Diri

Tabel 4. 3
Kategorisasi Skor Skala Kontrol Diri

Kategori	Rumus Interval	Hasil Skor
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 73$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$73 \leq X < 98$
Tinggi	$(M + 1SD) \geq X$	$X \geq 98$

Berdasarkan kategorisasi skor skala kontrol diri di atas, menunjukkan bahwa nilai kategori kontrol diri dikatakan rendah jika nilainya kurang dari 73, sedang jika nilainya berada antara 73 sampai dengan 98, dan tinggi jika nilainya lebih dari 98. Berikut ini adalah hasil dari kategorisasi skala kontrol diri pada subjek penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 4
Hasil Kategorisasi Skala Kontrol Diri

Kategorisasi Kontrol Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	12.8	12.8	12.8
	Sedang	152	67.3	67.3	80.1
	Tinggi	45	19.9	19.9	100.0
	Total	226	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil kategorisasi skor skala kontrol diri di atas, menunjukkan bahwa subjek penelitian yang memiliki kontrol diri rendah berjumlah 29 siswa dengan persentase 12,8%, kategori sedang berjumlah 152 siswa dengan persentase 67,3%, dan kategori tinggi berjumlah 45 siswa dengan persentase 19,9%

yang artinya bahwa variabel kontrol diri termasuk dalam kategori sedang.

b. Kategorisasi Variabel Konformitas Teman Sebaya

Tabel 4. 5
Kategorisasi Skor Skala Konformitas Teman Sebaya

Kategori	Rumus Interval	Hasil Skor
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 32$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$32 \leq X < 43$
Tinggi	$(M + 1SD) \geq X$	$X \geq 43$

Berdasarkan kategorisasi skor skala konformitas teman sebaya di atas, menunjukkan bahwa nilai kategori konformitas teman sebaya dikatakan rendah jika nilainya kurang dari 32, sedang jika nilainya berada antara 32 sampai dengan 43, dan tinggi jika nilainya lebih dari 43. Berikut ini adalah hasil dari kategorisasi skala konformitas teman sebaya pada subjek penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 6
Hasil Kategorisasi Skala Konformitas Teman Sebaya

Kategorisasi Konformitas Teman Sebaya					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	28	12.4	12.4	12.4
	Sedang	168	74.3	74.3	86.7
	Tinggi	30	13.3	13.3	100.0
	Total	226	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil kategorisasi skor skala konformitas teman sebaya di atas, menunjukkan bahwa subjek penelitian dengan konformitas teman sebaya yang rendah berjumlah 28 siswa dengan persentase 12,4%, kategori sedang berjumlah 168 siswa

dengan persentase 74,3%, dan kategori tinggi berjumlah 30 siswa dengan persentase 13.3% yang artinya bahwa variabel konformitas teman sebaya termasuk dalam kategori sedang.

c. Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik

Tabel 4. 7
Kategorisasi Skor Skala Prokrastinasi Akademik

Kategori	Rumus Interval	Hasil Skor
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 39$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$39 \leq X < 64$
Tinggi	$(M + 1SD) \geq X$	$X \geq 64$

Berdasarkan kategorisasi skor skala prokrastinasi akademik di atas, menunjukkan bahwa nilai kategori prokrastinasi akademik dikatakan rendah jika nilainya kurang dari 39, sedang jika nilainya berada antara 39 sampai dengan 64, dan tinggi jika nilainya lebih dari 64. Berikut ini adalah hasil dari kategorisasi skala prokrastinasi akademik pada subjek penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 8
Hasil Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik

Kategorisasi Prokrastinasi Akademik					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	14.6	14.6	14.6
	Sedang	153	67.7	67.7	82.3
	Tinggi	40	17.7	17.7	100.0
	Total	226	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil kategorisasi skor skala prokrastinasi akademik di atas, menunjukkan bahwa subjek penelitian dengan prokrastinasi akademik yang rendah berjumlah 33 siswa dengan

persentase 14,6%, kategori sedang berjumlah 153 siswa dengan persentase 67,7%, dan kategori tinggi berjumlah 40 siswa dengan persentase 17,7% yang artinya bahwa variabel prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori sedang.

B. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah data yang diolah dengan model regresi berdistribusi normal atau tidak. Penelitian ini menggunakan metode *one sample Kolmogorov-Smirnov*. Data dianggap terdistribusi normal jika nilai signifikansinya $p > 0,05$. Jika $p < 0,05$ maka data dianggap tidak terdistribusi normal. Hasil uji normalitas penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 9
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		226
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0.0000000
	Std. Deviation	7.45570210
Most Extreme Differences	Absolute	0.052
	Positive	0.051
	Negative	-0.052
Test Statistic		0.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, dapat dilihat bahwa hasil analisis menggunakan *one sample Kolmogorov-Smirnov* dengan melihat nilai signifikansinya yaitu sebesar 0,200 yang

artinya nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa data pada penelitian ini terdistribusi normal dengan nilai sig 0,200 ($p > 0,05$).

a. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah antara variabel dependen dan variabel independen memiliki hubungan yang linear atau tidak dengan cara melihat nilai taraf signifikansi *linearity* $p < 0,05$ dan nilai *deviation from linearity* Sig. $> 0,05$. Hasil uji linearitas penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 10
Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dan Kontrol Diri

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	34292.597	222	154.471	11.442	.0033
		Linearity	29952.927	1	29952.927	2218.735	.000
		Deviation from Linearity	4339.670	221	19.637	1.455	.439
	Within Groups		40.500	3	13.500		
	Total		34333.097	225			

Berdasarkan hasil uji linearitas pada tabel di atas didapatkan hasil bahwa nilai nilai taraf signifikansi *linearity* sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,439 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel prokrastinasi akademik dengan kontrol diri memiliki hubungan yang linear.

Tabel 4. 11
Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dan
Konformitas Teman Sebaya

ANOVA Table			Sum of Squa res	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastina s i * Konformit as Teman Sebaya	Between Groups	(Combined)	4653.941	26	178.998	1.200	.240
		Linearity	1591.005	1	1591.005	10.668	.001
		Deviation from Linearity	3062.936	25	122.517	.821	.712
	Within Groups		29679.156	199	149.141		
	Total		34333.097	225			

Berdasarkan hasil uji linearitas pada tabel di atas didapatkan hasil bahwa nilai taraf signifikansi *linearity* sebesar 0,001 yang mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,712 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel prokrastinasi akademik dengan konformitas teman sebaya memiliki hubungan yang linear.

Tabel 4. 12
Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Linearity</i>	<i>Deviation From Linearity</i>	Ket
Prokrastinasi Akademik* Kontrol Diri	0,000	0,439	Linear
Prokrastinasi Akademik* Konformitas Teman Sebaya	0,001	0,712	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas pada tabel di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa antara prokrastinasi akademik dengan kontrol diri memiliki hubungan yang linear dengan nilai taraf signifikansi *linearity* sebesar 0,000 dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,439. Selanjutnya, antara prokrastinasi

akademik dengan konformitas teman sebaya memiliki hubungan yang linear dengan nilai taraf signifikansi *linearity* sebesar 0,001 dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,712.

b. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk melihat apakah antara variabel dependen dan variabel independen terdapat kesamaan atau tidak pada teknik regresi berganda dengan cara melihat nilai VIF (*Varian Inflation Factor*) *tolerance*. Data dapat dikatakan tidak multikolinearitas jika nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* > 0,10.

Tabel 4. 13
Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a								
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	122.289	4.413		27.713	.000		
	Kontrol Diri	-.770	.041	-.784	-18.994	.000	.959	1.043
	Konformitas Teman Sebaya	-.126	.093	-.056	-1.358	.176	.959	1.043

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas di atas, didapatkan hasil bahwa nilai VIF sebesar $1,043 < 10$ dan nilai *tolerance* sebesar $0,959 > 0,10$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas pada variabel yang digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis dalam penelitian ini diterima atau ditolak. Dalam penelitian ini tiga hipotesis diajukan, yaitu terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren serta terdapat pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya

terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 14
Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial

Coefficients^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	122.289	4.413		0.000
	Kontrol Diri	-0.770	0.041	-0.784	0.000
	Konformitas Teman Sebaya	-0.126	0.093	-0.056	0.176

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel di atas, secara parsial didapatkan hasil bahwa pada variabel kontrol diri dilihat dari nilai signifikansi yaitu sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima yang artinya kontrol diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Selanjutnya, pada variabel konformitas teman sebaya dilihat dari nilai signifikansinya yaitu sebesar 0,176 ($p > 0,05$) yang artinya bahwa hipotesis kedua ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, maka didapatkan rumus persamaan regresi linear berganda yaitu sebagai berikut:

Penjelasan mengenai rumus persamaan regresi linear berganda di atas yaitu menunjukkan bahwa

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_nX_n$$

$$Y = 122,289 - 0,770X_1 - 0,126X_2$$

Keterangan:

Y : variabel dependen (prokrastinasi akademik)

a : konstanta

b_1, b_2 : koefisien regresi variabel independen

X_1, X_2 : variabel independen (kontrol diri, konformitas teman sebaya)

Penjelasan mengenai rumus persamaan regresi linear berganda di atas yaitu menunjukkan bahwa pada nilai $a = 122,289$ artinya variabel pada variabel prokrastinasi akademik akan tetap bernilai 122,289 jika tidak ada pengaruh dari variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya. Kemudian nilai $b_1 = -0,770$ menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi variabel kontrol diri bernilai negatif yang artinya adalah jika variabel kontrol diri mengalami peningkatan, maka variabel prokrastinasi akademik akan mengalami penurunan sebesar 0,770 atau 77%. Selanjutnya, nilai $b_2 = -0,126$ menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi variabel konformitas teman sebaya bernilai negatif yang artinya adalah jika variabel konformitas teman sebaya mengalami peningkatan, maka variabel prokrastinasi akademik akan mengalami penurunan sebesar 0,126 atau 12,6%.

Tabel 4. 15
Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	21825.911	2	10912.956	194.575	.000 ^b
	Residual	12507.186	223	56.086		
	Total	34333.097	225			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Kontrol Diri

Berdasarkan hasil uji hipotesis di atas, dilihat dari tabel Anova pada nilai signifikansinya sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya adalah hipotesis ketiga penelitian ini diterima. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya memiliki pengaruh secara simultan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

Tabel 4. 16
Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.797 ^a	0.636	0.632	7.489

a. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Kontrol Diri

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi di atas bertujuan untuk melihat seberapa besar pengaruh secara simultan variabel independen terhadap variabel dependen dengan cara melihat nilai *Adjusted R Square*. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,632. Hal tersebut berarti bahwa variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya memiliki pengaruh sebesar 63,2% terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Sedangkan 36,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

C. Pembahasan

Penelitian ini berjudul Pengaruh Kontrol Diri dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MAN 2 Rembang yang Tinggal Di Pondok Pesantren dengan total subjek yang didapatkan sebanyak 226 siswa terbagi menjadi siswa laki-laki sebanyak 75 dengan persentase sebesar 33% dan siswa perempuan sebanyak 151 dengan persentase sebesar 67%.

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan yaitu terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, serta terdapat pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diperoleh nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya hipotesis pertama diterima yaitu terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik. Kemudian, nilai koefisien regresi kontrol diri sebesar -0,770 yang artinya kontrol diri berpengaruh sebesar 77% terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Sedangkan, 23% lainnya dipengaruhi oleh variabel yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian dari Aisy dan Sugiyo (2021) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik yang artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah siswa melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang sejalan yaitu penelitian dari Putri dan Nuraini (2023) yang menjelaskan bahwa terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik. Temuan hasil penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Hakiki *et al.*, (2022) yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik (-0,946) yang artinya ialah semakin tinggi kontrol diri siswa maka akan mengurangi prokrastinasi akademik siswa.

Kontrol diri merupakan tindakan guna mengendalikan perilaku, artinya adalah pengendalian perilaku oleh seseorang dengan memikirkan secara matang semua dampak yang terjadi sebelum mengambil tindakan (Bukhori, 2022: 42). Siswa dengan kontrol diri yang tinggi cenderung tidak menunda tugas sekolah mereka, sedangkan siswa dengan kontrol diri yang rendah akan berpotensi untuk menunda mengerjakan tugas (Putri dan Nuraini, 2023:616).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri pada subjek penelitian termasuk dalam kategori sedang. Kontrol diri menjadi salah satu variabel yang berpengaruh cukup besar terhadap prokrastinasi

akademik. Sesuai dengan pendapat Clara *et al.*, (2017: 162) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa kontrol diri memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada seseorang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari, *et al.*, (2017) yang menyebutkan bahwa kontrol diri siswa SMKN 10 Padang berdasarkan hasil rata-rata sebagian besar menunjukkan kategori sedang, yang artinya siswa perlu meningkatkan kemampuan dalam mengontrol dirinya baik secara perilaku, kognitif, dan emosi serta pengambilan keputusan, sehingga nantinya dapat mencegah kejadian yang mungkin tidak diinginkan baik sengaja ataupun tidak disengaja.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa variabel kontrol diri memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,770 yang mana bernilai negatif artinya terdapat pengaruh negatif. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, maka semakin rendah prokrastinasi akademiknya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Hipotesis kedua dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diperoleh nilai signifikansi 0,176 ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis kedua ditolak yaitu tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ananti *et al.*, (2024) yang menjelaskan bahwa pada variabel konformitas memiliki nilai signifikansi 0,757 ($p > 0,05$) yang artinya bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel konformitas dengan variabel prokrastinasi akademik. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Tamara (2022) yang menyebutkan bahwa hipotesis dalam penelitian

tersebut ditolak (-0,068) yang artinya tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa konformitas teman sebaya pada sebagian besar subjek penelitian termasuk pada kategori sedang. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Khomariyah (2016) yang menjelaskan bahwa tingkat konformitas yang dilakukan oleh siswa SMP termasuk pada kategori sedang. Hipotesis kedua dalam penelitian ini ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil tersebut didukung dengan penelitian dari Costanzo dan Shaw dalam Tamara (2022) yang menyebutkan bahwa konformitas dapat mengalami penurunan pada rentang usia 15 sampai 17 tahun. Keadaan tersebut jika dilihat dari perkembangan kognitifnya, menurut teori Piaget menunjukkan bahwa pada usia tersebut telah mencapai tahap operasi formal (11 tahun ke atas) yang mana individu mampu berpikir abstrak dan logis serta mampu mengatur proses belajarnya sendiri.

Sejalan juga dengan pendapat Hurlock, (2002) yang menyatakan bahwa pada tahap remaja pertengahan sampai akhir, individu mulai mampu berpikir secara abstrak yaitu dapat memahami dan memproses informasi yang diterimanya serta perilaku yang ingin dimunculkan. Konformitas teman sebaya yang tidak berpengaruh ini bisa disebabkan karena siswa siswi MAN 2 Rembang termasuk dalam jenis konformitas internalisasi sesuai pendapat dari Priyatno dalam (Mardison, 2016) yaitu individu bebas dalam menentukan konformitas atau non-konformitas dengan cara mempertimbangkan informasi dan norma yang berlaku dalam kelompok teman sebayanya, sehingga tidak ada perilaku konformitas buruk yang muncul, seperti prokrastinasi.

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diperoleh nilai

signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya hipotesis pertama diterima yaitu terdapat pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya secara simultan terhadap prokrastinasi akademik. Seberapa besar pengaruhnya bisa dilihat dari nilai *Adjusted R Square* yaitu sebesar 0,632. Hal tersebut berarti bahwa variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya memiliki pengaruh sebesar 63,2% terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Sedangkan 36,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil penelitian yang mendukung yaitu penelitian dari Artanti (2019) mengenai Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Gombong yang menyebutkan bahwa hasil koefisien determinasi sebesar -0,677 yang artinya adanya pengaruh negatif dan signifikan kontrol diri sebesar 67,7% terhadap prokrastinasi akademik. Bukhori & Darmu'in (2019) menyatakan bahwa efikasi diri dan prokrastinasi akademik berpengaruh secara simultan terhadap plagiarisme sebesar 13,5%. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Ramadhan *et al.*, (2023) mengenai Konformitas Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa di SMP di Surabaya yang menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang lemah konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik sebesar 0,008% artinya semakin tinggi konformitas teman sebaya maka akan semakin tinggi juga tingkat prokrastinasi akademiknya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah konformitas teman sebaya maka akan semakin rendah juga prokrastinasi akademiknya.

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih terhadap subjek penelitian, pada hipotesis kedua penelitian ini yaitu terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren ternyata menunjukkan hasil bahwa hipotesis kedua ditolak sehingga dapat dijadikan sebagai kelebihan dari penelitian ini karena memunculkan temuan baru dan memberikan penjelasan mengenai hal tersebut.

Berdasarkan data yang diperoleh, subjek dalam penelitian ini merupakan siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, dengan rentang usia antara 15 sampai 18 tahun. Secara psikologis, usia tersebut berada pada tahap remaja pertengahan hingga akhir, yaitu tahap perkembangan yang mana individu mampu berpikir abstrak, memahami konsekuensi, dan mengembangkan kontrol diri yang lebih baik dengan kata lain tahap perkembangan yang meliputi kematangan fisik, mental, emosional dan sosial (Hurlock dalam Karina, 2018). Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren termasuk dalam kategori prokrastinasi akademik yang sedang. Hal tersebut disebabkan pada tahap remaja pertengahan hingga akhir, individu sudah mampu memilih perilaku mana yang harus dimunculkan, sehingga individu memiliki kesadaran akan dampak jika melakukan prokrastinasi akademik (Hurlock, 2002).

Konformitas teman sebaya dalam penelitian ini tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, sedangkan kontrol diri memiliki pengaruh secara negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren, artinya kontrol diri sebagai faktor internal lebih dominan berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Meskipun demikian, secara bersama-sama variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Penelitian dengan judul yang membahas secara bersamaan antara kontrol diri, konformitas teman sebaya, dan prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren menjadi kelebihan dalam penelitian ini juga.

Dengan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi subjek penelitian untuk mencegah adanya perilaku prokrastinasi dengan cara meningkatkan kontrol diri dan mengurangi perilaku konformitas teman sebaya. Subjek dapat meniru perilaku yang baik agar nantinya dapat

mengontrol perilaku yang akan dimunculkan karena individu yang tidak memiliki kontrol diri dan konformitas yang baik akan cenderung menunda tugas yang berkaitan dengan akademik dengan sengaja dan irasional sampai mendekati waktu yang telah ditentukan dengan melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan.

Terlepas dari hal tersebut, tentunya penelitian ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak kekurangan yang perlu diperbaiki. Kelemahan dalam penelitian ini yaitu banyaknya item pada skala konformitas teman sebaya yang gugur sebab dinyatakan tidak valid. Kemudian, adanya keterbatasan waktu dalam mengumpulkan responden penelitian karena siswa sulit untuk mengisi kuesioner yang telah disebarkan melalui grup *whatsapp* kelas, pengambilan data dilakukan saat siswanya melaksanakan ujian akhir semester, serta siswa yang tinggal di pondok pesantren hanya dapat mengisi kuesioner saat di sekolah saja sebab saat di pondok *handphone* mereka dikumpulkan sehingga menyebabkan data penelitiannya lama terkumpul.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang telah dilakukan terhadap siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren sebanyak 226 siswa, maka peneliti dapat membuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Hipotesis pertama pada penelitian ini diterima artinya, terdapat pengaruh negatif dan signifikan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien regresi sebesar -0,770. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademiknya.
2. Hipotesis kedua pada penelitian ini ditolak, artinya tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren dengan nilai signifikansi 0,176 ($p > 0,05$).
3. Hipotesis ketiga pada penelitian ini diterima, artinya terdapat pengaruh secara simultan kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan *Adjusted R Square* yaitu sebesar 0,632. Kontrol diri dan konformitas teman sebaya memiliki pengaruh sebesar 63,2% terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren. Sedangkan 36,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

1. Bagi Siswa

Siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren memiliki tingkat prokrastinasi akademik dan kontrol diri yang sedang. Oleh karena itu, siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan kontrol diri seperti mengatur waktu dan bertanggung jawab terhadap tugas akademik, sehingga dapat mengurangi atau bahkan menghindari perilaku prokrastinasi akademik.

Dalam hal konformitas teman sebaya, siswa MAN 2 Rembang termasuk dalam kategori sedang. Oleh karena itu, siswa diharapkan untuk membatasi dirinya dari pengaruh lingkungan sekitar khususnya dengan teman sebayanya agar tidak melakukan perilaku yang negatif seperti prokrastinasi akademik.

2. Bagi Sekolah dan Pondok Pesantren

Diharapkan pihak sekolah dan pengelola pondok pesantren dapat meningkatkan dan memperkuat kontrol diri melalui pengajaran atau membuat program, seperti pelatihan manajemen waktu, bimbingan akademik, serta dapat memberikan penguatan melalui lingkungan sosial yang positif misalnya dengan membentuk kelompok belajar bersama dan mengadakan tutor teman sebaya agar tetap dapat mencegah adanya perilaku prokrastinasi pada siswa MAN 2 Rembang yang tinggal di pondok pesantren.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan variabel lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik, seperti dukungan orang tua, *evaluation anxiety*, dan *lack of self-confidence* serta peneliti selanjutnya dapat menggabungkan metode penelitian kuantitatif dan kualitatif agar dapat mendapatkan informasi yang lebih dalam lagi mengenai alasan siswa tidak atau melakukan prokrastinasi dan bagaimana mereka

menanggapi pengaruh dari teman sebayanya dalam konteks yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, P. M. (2015). Metodologi penelitian kuantitatif. In *Aswaja Pressindo*.
- Adeline, A., & Susanto, A. (2022). Hubungan antara conscientiousness personality dan peer conformity terhadap prokrastinasi pada mahasiswa PGSD FIP UMJ. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(1), 53–62. <https://doi.org/10.17509/insight.v6i1.64717>
- Aisy, D. F., & Sugiyo. (2021). Pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA N 1 Kedungwuni. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 5(2), 157–177. <https://doi.org/10.21043/konseling.v5i2.12068>
- Akinsola, M. K., Tella, A., & Tella, A. (2007). Correlates of academic procrastination and mathematics achievement of university undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3(4), 363–370. [https://doi.org/10.1016/0022-4405\(93\)90033-F](https://doi.org/10.1016/0022-4405(93)90033-F)
- Anam, K. (2017). Hubungan antara konformitas dan dukungan orang tua terhadap prokrastinasi akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 117–124. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i1.3971>
- Ananti, N. A., Rahmah, S. A., Putri, V. D., & Purwantini, L. (2024). Hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 121–132. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Observasi/article/view/177>
- Anggraeni, L. F., & Soetjningsih, C. H. (2023). Kontrol diri akademik dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Di Kota X yang kecanduan game online. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 1857–1866.
- Arisandy, D., & Siregar, R. (2024). Konformitas teman sebaya ditinjau dari prokrastinasi akademik. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan*

Psikologi, 7(2), 83–100.

Artanti, D. D. (2019). Pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Gombong. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 254–260.

Astutik, F., Bukhori, B., & Rahmatika, R. (2022). Procrastination , self-efficacy , and task value of pre-service biology teacher when online learnings prokrastinasi akademik , self-efficacy , dan task value calon guru biologi ketika pembelajaran daring. *Phenomenon : Jurnal Pendidikan MIPA*, 12(2), 158–187. <http://phenomenon@walisongo.ac.id>

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. *EMPATHY: Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(2), 62–65.

Azwar, S. (2005). Signifikan atau sangat signifikan? *Buletin Psikologi*, 13(1), 38–44.

Azwar, S. (2022). *Reliabilitas dan validitas: Edisi 4*.

Bakry, U. S. (2016). *Metodologi penelitian: kualitatif versus kuantitatif, dalam metode penelitian hubungan internasional*. Pustaka Pelajar.

Bukhori, B. (2022). *Toleransi beragama : peran fundamentalisme agama dan kontrol diri*.

Bukhori, B., & Darmu'in, D. (2019). Plagiarism, self-efficacy and academic procrastination on university students. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 201–212. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.6211>

- Candra, U., Wibowo, M. E., & Setyowani, N. (2014). Faktor-faktor penyebab prokratsinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling: Theory And Application*, 3(3), 66–72. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Clara, C., Dariyo, A., & Basaria, D. (2017). Peran self-efficacy dan self-control terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA (Studi pada siswa SMA X Tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 159–169.
- Darma, B. (2021). Statistika penelitian menggunakan spss (Uji Validitas. *Uji Reabilitas, Regresi Linear*.
- Dayantri, S., & Netrawati. (2023). Manajemen waktu dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 21137–21143.
- Delviano, L., Hemasti, R. A. G., & Rahman, P. R. U. (2023). Pengaruh self regulated learning dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA Di Sekolah X. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3(2), 44–49.
- Dewany, R., Asnah, M. B., & Hariko, R. (2023). Self control and parenting style of academic procrastination in Vocational High School Students. *International Journal of Educational Review, Law And Social Sciences (IJERLAS)*, 3(1), 1781–1787. <https://radjapublika.com/index.php/IJERLAS/article/view/1103>
- Dewi, S. S., & Alfita, L. (2015). Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang berpacaran dan tidak berpacaran. *Jurnal Diversita*, 1(1), 7–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.31289/diversita.v1i1.1081>
- Fajarwati, S. (2015). Hubungan antara self control dan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UNY yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(4), 1–11. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/fipbk/article/view/253/231>

- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance theory, research, and treatment*.
<https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Florina, S., & Zagoto, L. (2019). Efikasi diri dalam proses pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(2), 386–391.
<https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i2.667>
- Hakiki, R., Yohana, C., & Fadillah, N. (2022). Pengaruh efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 4 Pandeglang. *Jurnal Syntax Fusion*, 2(10), 796–808. <https://doi.org/https://doi.org/10.54543/fusion.v2i10.248>
- Harmalis. (2020). Prokrastinasi akademik dalam perspektif islam. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2(1), 83–91.
<https://doi.org/10.32939/ijcd.v2i01.876>
- Hasanah, M., & Muslimin, Z. I. (2016). Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan perilaku mencontek pada siswa SMK “X” Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Integratif*, 4(2), 128–137. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/1257>
- Karina, F. L. (2018). Hubungan kontrol diri dengan penerimaan diri remaja yang mengkonsumsi minuman keras. <http://eprints.uad.ac.id/id/eprint/8603>
- Kasiram, M. (2010). *Metodologi penelitian: kualitatif–kuantitatif*. Sukses Offset.
- Katz, I., Eilat, K., & Nevo, N. (2013). “I’ll do it later”: Type of motivation, self-efficacy and homework procrastination. *Motivation and Emotion*, 38(1), 111–119. <https://doi.org/10.1007/s11031-013-9366-1>
- Khomariyah, L. (2016). Hubungan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas VIII di SMP 3 Negeri Kertosono. <http://etheses.uin-malang.ac.id/4934/>

- Kiamarsi, A., & Abolghasemi, A. (2014). The relationship of procrastination and self-efficacy with psychological vulnerability in students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 858–862. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.797>
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination in different life-domains: is procrastination domain specific? *Current Psychology*, 32(2), 175–185. <https://doi.org/10.1007/s12144-013-9171-8>
- Kurnia, A. D., Budiyaniti, N., Hartanti, D. R., Rahman, R. A., & Rahmat, V. (2023). Peran teman sebaya dalam membentuk kepribadian islam pada masa dewasa muda (usia 18-23 tahun). *Journal Analytica Islamica: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 12(1), 112–129. <https://doi.org/10.30829/jai.v12i1.15747>
- Mardison, S. (2016). Konformitas teman sebaya sebagai pembentuk perilaku individu. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 78–90.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol diri: definisi dan faktor. *COJournal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69.
- Mudzkiyyah, L., & Nuriyyatiningrum, N. (2021). Parental and peer attachment to moral intelligence among adolescents in semarang city. *Proceedings of the First International Conference on Islamic History and Civilization, ICON-ISHIC*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4108/eai.14-10-2020.2303837>
- Nafeesa. (2018). Faktor-faktor yang memengaruhi proratsinasi akademik siswa yang menjadi anggota organisasi siswa intra sekolah. *Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya*, 4(1), 53–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/antro.v4i1.9884>
- Nuryadi, A., & Ginting, A. A. (2017). Self control dan self efficacy mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga*, 3(2), 34–42. http://jurnal.unipasb.ac.id/index.php/adi_raga

- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 186.
- Pradnyaswari, N. M., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran self control dan self regulated learning terhadap prokrastinasi akademik siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 32–43. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/52406>
- Purwanto. (2010). Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi dan pendidikan. In *Pustaka Pelajar*.
- Putri, N. H., & Nuraini. (2023). Pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik kelas VIII Di SMP Negeri 8 Depok. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 610–617. <https://doi.org/10.30998/rdje.v9i2.18175>
- Rahmah, A. (2021). Kontribusi antara internet addiction dan penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 78–87.
- Ramadhan, I. Y., Grahani, F. O., & Ardianti, A. (2023). Konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMP di Surabaya. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 2(2), 76–83. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v>
- Ramadhani, E., Sadiyah, H., Putri, R. D., & Pohan, R. A. (2020). Analisis prokrastinasi akademik siswa di sekolah. *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 7(1), 45–51. <https://doi.org/10.37064/consilium.v7i1.6448>
- Rifandi, A., & DS, T. N. E. (2020). *Prokrastinasi akademik ditinjau dari self regulated learning pada santri putera pondok pesantren Al-hikmah 2 Brebes*. 206–211. <http://repository.unika.ac.id/9931/9/07.40.0132> Desy Ayu Wulandari LAMPIRAN.pdf

- Risty, F. C., & Fahmawati, Z. N. (2024). Kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 1–13. <https://diksima.pubmedia.id/index.php/Psychology>
- Rohman, U., Ismail, S., & Savela, R. (2023). Strategi pengendalian diri dalam perspektif Al-Qur'an Surat Al-Hujurat ayat 12. *PSYCOMEDIA : Jurnal Psikologi*, 3(1), 35–40. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2023.v3i1.35-40>
- Sa'adah, N., & Sari, C. A. K. (2023). The influence of self-control on the academic procrastination behavior of Al-Khoiriyah Islamic Middle School Students Living in islamic boarding schools. *AL-WIJDÂN Journal of Islamic Education Studies*, 8(4), 647–664. <https://doi.org/10.58788/alwijdn.v8i4.2818>
- Sari, F. A. P., Wihartati, W., & Rochmawati, N. (2023). Pengaruh kontrol sosial dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja di Kecamatan Pati. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1), 158–171. <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12355>
- Sari, S., Yusri, & Said, A. (2017). Kontrol diri siswa dalam belajar dan persepsi siswa terhadap upaya guru BK untuk meningkatkan kontrol diri. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 2(1), 32–37. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29210/02234jpgi0005>
- Siregar, S. I. (2014). *Statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif: dilengkapi dengan perhitungan manual dan aplikasi SPSS Versi 17*. Bumi Aksara. <https://books.google.co.id/books?id=knDKEAAAQBAJ>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>

- Sudaryana, B. (2018). *Metode penelitian teori dan praktek kuantitatif dan kualitatif*. Deepublish.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta
- Suhadianto, & Pratitis, N. (2020). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204–223. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i2.106266>
- Sujarweni, V. W., Endang, M., & Retnami, L. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi kebijakan hutang (studi empiris pada perusahaan manufaktur yang terdaftar di BEI tahun 2009-2012). *JBTI: Jurnal Bisnis: Teori Dan Implementasi*, 5(1), 42–56.
- Susanti, E., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan antara kontrol diri dan konformitas prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi Unesa. *Program Studi Psikologi Unesa*, 02(3), 1–7.
- Tamara, A. (2022). Pengaruh fear of failure dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswi kelas XI MA Tajul Ulum Banat Grobogan. In *Skripsi*. https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/20977/1/Skripsi_1707016088_Ahla_Tamara.pdf
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.4324/9781315175775>
- Uyun, M., & Yoseanto, B. L. (2022). *Seri buku psikologi: Pengantar metode penelitian kuantitatif*. Deepublish.

Waty, F. L. N. C., & Agustina, M. W. (2022). Pengaruh dukungan sosial terhadap prokrastinasi siswa yang bermukim di pesantren madrasah. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(2), 89–100. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i2.485>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint Skala Penelitian

SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

Aspek	Indikator	Favorable/ Unfavorable	Aitem	Sebaran Aitem
<i>Perceived time</i>	Individu gagal dalam menepati <i>deadline</i>	F	Saya terlambat mengumpulkan tugas	1
			Saya mendahulukan kegiatan pondok daripada mengerjakan tugas	17
		UF	Saya menyelesaikan tugas sebelum <i>deadline</i>	9
			Saya mengumpulkan tugas tepat waktu	25
	Individu melakukan hal yang lebih menyenangkan	F	Saya memilih tidur di pondok daripada mengerjakan tugas	5
			Saya mengobrol sampai larut malam dengan teman pondok	21
		UF	Saya memilih mengerjakan tugas daripada tidur di pondok	13
			Saya membagi waktu bermain dengan mengerjakan tugas	29
<i>Intention-action gap</i>	Gagal mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang telah ditentukan	F	Saya kesulitan mengerjakan tugas karena banyak kegiatan pondok	2
			Saya mengerjakan tugas di kelas sebelum jam pelajaran dimulai	18
		UF	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang telah saya tentukan	10
			Saya puas ketika dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan rencana yang telah ditentukan	26

	Tidak membuat jadwal perencanaan tugas	F	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari	6
			Saya mengerjakan tugas sesuai saya	22
		UF	Saya membuat jadwal kegiatan sehari-hari	14
			Saya memberi tanda <i>ceklist</i> setelah selesai mengerjakan tugas	30
<i>Emotional distress</i>	Adanya perasaan khawatir saat melakukan prokrastinasi	F	Saya tenang jika belum mengerjakan tugas karena <i>deadline</i> masih panjang	3
			Saya tetap tidur nyenyak, meskipun belum mengerjakan tugas	19
		UF	Saya gelisah jika belum mengerjakan tugas	11
			Saya sulit tidur karena kepikiran tentang tugas	27
	Adanya perasaan tidak nyaman dengan dampak negatif karena melakukan prokrastinasi	F	Saya marah pada diri sendiri karena tugas saya jadi tidak maksimal akibat menunda-nunda	7
			Saya menyesal setiap kali menyadari bahwa saya bisa menyelesaikan tugas lebih baik jika tidak menunda	23
		UF	Saya puas dengan hasil pekerjaan saya	15
			Saya lega jika berhasil mengumpulkan tugas tepat waktu	31
<i>Perceived ability</i>	Individu ragu dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas	F	Saya menunda mengerjakan tugas karena takut hasilnya tidak sesuai harapan	4
			Saya terburu-buru dalam mengerjakan tugas sehingga hasilnya tidak maksimal	20

		UF	Saya berusaha menyelesaikan tugas dengan semaksimal mungkin	12
			Saya yakin dapat menyelesaikan tugas sebelum <i>deadline</i>	28
	Individu tertekan dengan tugas yang diberikan	F	Saya stres dengan tugas sekolah yang banyak	8
			Saya cuek dengan nilai yang terpenting adalah mengumpulkan tugas	24
		UF	Saya memahami tugas yang diberikan oleh guru	16
			Saya sanggup mengerjakan semua tugas dari guru	32

SKALA KONTROL DIRI

Aspek	Indikator	Favorable/ Unfavorable	Aitem	Sebaran Aitem
<i>Behavior control</i>	Individu mampu mengendalikan perilaku	F	Saya mematuhi aturan yang berlaku	1
			Saya menyelesaikan tugas sesuai target	14
		UF	Saya melanggar aturan yang berlaku	7
			Saya menyalahkan orang lain atas kesalahan saya sendiri	20
	Individu mampu mengatur perilakunya dalam pelaksanaan tugas	F	Saya mengerjakan tugas setelah kegiatan pondok selesai	4
			Saya memeriksa tugas sekolah untuk hari besok	24
		UF	Saya memilih bermain dengan teman-teman saya setelah pulang sekolah daripada mengerjakan tugas	11

			Saya kesulitan mengerjakan tugas secara bersamaan	17
<i>Cognitive control</i>	Individu mampu mengolah informasi	F	Saya akan bertanya pada guru jika ada materi yang belum saya pahami	2
			Saya mengisi waktu luang dengan membaca buku pelajaran	15
		UF	Saya takut bertanya pada guru jika ada materi yang belum saya pahami	8
			Saya tidak mendengarkan guru saat sedang menyampaikan materi	21
	Individu mampu mengendalikan emosi	F	Saya senang jika teman di pondok mengingatkan saya untuk mengerjakan tugas	5
			Saya tenang ketika selesai mengerjakan tugas sekolah	27
		UF	Saya marah jika diingatkan untuk mengerjakan tugas oleh teman saya	9
			Saya takut ketika dihadapkan pada tugas yang sulit	18
	Individu mampu mengendalikan pikiran negatif	F	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas tepat waktu	25
			Saya bersemangat ketika mendapat tugas dari guru	28
		UF	Saya mengeluh dengan tugas sekolah yang banyak	12
			Saya ragu dapat menyelesaikan tugas sendiri	22
<i>Decision control</i>	Kebebasan individu untuk berperilaku sesuai dengan keyakinan	F	Saya bertindak sesuai dengan apa yang saya yakini selagi itu hal yang benar	3
			Saya mengerjakan tugas berdasarkan kemampuan diri sendiri	16

		UF	Saya mengandalkan pekerjaan teman dalam mengerjakan tugas	10
			Saya bertindak seenaknya tanpa melihat keadaan sekitar saya	23
	Individu mampu mengambil keputusan sesuai dengan keyakinan	F	Saya yakin dengan pilihan hidup yang saya buat	6
			Saya membuat keputusan, meskipun dalam kondisi tertekan	26
		UF	Saya ragu dalam membuat keputusan	13
			Saya sulit membuat keputusan saat sedang tertekan	19

SKALA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA

Aspek	Indikator	Favorable/ Unfavorable	Aitem	Sebaran Aitem
Aspek normatif	Berperilaku agar disukai dan diterima oleh kelompok	F	Saya mengiyakan apa yang diperintahkan kelompok saya	1
			Saya memberikan jawaban tugas pada teman kelompok saya	5
			Saya mengutamakan kepentingan kelompok dibandingkan kepentingan saya sendiri	9
			Saya mentraktir teman kelompok saya	13
		UF	Saya menolak ajakan kelompok untuk bermain	17
			Saya memilih menyendiri daripada bergabung dengan teman kelompok saya	21
			Saya bertindak apa adanya, tanpa takut akan dijauhi teman kelompok saya	25

			Saya cuek jika saya tidak dianggap oleh kelompok	28
	Berperilaku agar terhindar dari penolakan kelompok	F	Saya diam saat ada perkataan teman yang membuat sakit hati saya	2
			Saya membiarkan kelompok saya ketika mereka melakukan kesalahan	6
			Saya takut dijauhi kelompok jika tidak melakukan suatu hal yang sama seperti mereka	10
			Saya melakukan semua aturan dalam kelompok agar tetap dianggap sebagai teman	14
		UF	Saya cuek dengan yang kelompok pikirkan tentang saya	18
			Saya memilih keluar dari kelompok pertemanan yang <i>toxic</i>	22
			Saya berani menegur kelompok saya ketika berbuat salah	26
			Saya berani berperilaku berbeda dari kelompok	29
Aspek informatif	Individu berperilaku sesuai dengan informasi dari kelompok	F	Saya ikut perkumpulan kelompok agar tidak ketinggalan informasi	3
			Saya percaya informasi yang disampaikan kelompok, meskipun belum tentu kebenarannya	7
			Saya memeriksa notifikasi obrolan grup <i>whatsapp</i> agar tidak ketinggalan informasi terbaru	11
		UF	Saya malas mengikuti perkumpulan kelompok	15

			Saya malas bergabung dalam obrolan grup di <i>whatsapp</i>	19
			Saya percaya setiap informasi yang disampaikan oleh kelompok saya	23
	Individu menerima pendapat kelompok	F	Saya senang ketika sependapat dengan teman kelompok saya	4
			Saya percaya dengan keputusan yang telah dibuat kelompok	8
			Saya meminta saran pada kelompok tentang tugas akademik	12
			Saya menyetujui pendapat kelompok, meskipun bertentangan dengan pendapat saya	16
		UF	Saya berani menyampaikan pendapat yang berbeda dengan kelompok	20
			Saya menyelesaikan tugas akademik tanpa arahan kelompok saya	24
			Saya mempertimbangkan pendapat kelompok yang berbeda dengan saya	27
			Saya mempertahankan pendapat yang saya anggap benar	30

Lampiran 2 Skala Penelitian

Assalamualaikum wr.wb

Perkenalkan, saya Devanty Kamila Maulidiya mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Walisongo Semarang. Melalui form ini, Saya memohon kesediaan saudara/i untuk meluangkan waktunya mengisi kuesioner dalam rangka menyelesaikan tugas akhir perkuliahan

Adapun kriteria responden yaitu sebagai berikut:

1. Siswa/siswi berstatus aktif di MAN 2 Rembang.
2. Laki-laki dan perempuan.
3. Tinggal di pondok pesantren.

Kuesioner ini bukan merupakan suatu tes, jadi tidak ada jawaban salah. Semua jawaban adalah benar jika dijawab sejujur-jujurnya, sesuai keadaan diri Anda. Kesungguhan Anda dalam mengerjakan sangat menentukan kualitas penelitian penulis. Semua identitas dan hasil jawaban Anda akan dijamin kerahasiaannya, karena data yang didapatkan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Petunjuk untuk pengisian kuesioner ini, Anda dapat memilih salah satu opsi jawaban yang telah disediakan yang sesuai dengan keadaan diri anda. Dalam pengisian kuesioner ini tidak ada jawaban benar atau salah. Berikut opsi jawaban dari kuesioner ini:

1 = Sangat Tidak Sesuai (STS)

2 = Tidak Sesuai (TS)

3 = Sesuai (S)

4 = Sangat Sesuai (SS)

Jika ada hal yang ingin disampaikan berupa kritikan/saran/pertanyaan, Anda bisa menghubungi nomor di bawah ini:

+62 823-2473-7866 (Deva)

Saya ucapkan terima kasih atas kesediaan serta kerja samanya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Hormat,

Peneliti

SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

NO	PERNYATAAN	JAWABAN			
		STS	TS	S	SS
1	Saya terlambat mengerjakan tugas				
2	Saya kesulitan mengerjakan tugas karena banyak kegiatan pondok				
3	Saya tenang jika belum mengerjakan tugas karena <i>deadline</i> masih panjang				
4	Saya menunda mengerjakan tugas karena takut hasilnya tidak sesuai harapan				
5	Saya memilih tidur di pondok daripada mengerjakan tugas				
6	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari				
7	Saya stres dengan tugas sekolah yang banyak				
8	Saya menyelesaikan tugas sebelum <i>deadline</i>				
9	Saya mengerjakan tugas sesuai dengan rencana yang telah saya tentukan				
10	Saya berusaha menyelesaikan tugas dengan semaksimal mungkin				
11	Saya memilih mengerjakan tugas daripada tidur di pondok				
12	Saya membuat jadwal kegiatan sehari-hari				
13	Saya puas dengan hasil pekerjaan saya				
14	Saya memahami tugas yang diberikan oleh guru				
15	Saya mengerjakan tugas di kelas sebelum jam pelajaran dimulai				

16	Saya tetap tidur nyenyak, meskipun belum mengerjakan tugas				
17	Saya terburu-buru dalam mengerjakan tugas sehingga hasilnya tidak maksimal				
18	Saya mengerjakan tugas sesuka saya				
19	Saya cuek dengan nilai yang terpenting adalah mengumpulkan tugas				
20	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu				
21	Saya puas ketika dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan rencana yang telah ditentukan				
22	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas sebelum <i>deadline</i>				
23	Saya membagi waktu bermain dengan mengerjakan tugas				
24	Saya memberi tanda <i>ceklist</i> setelah selesai mengerjakan tugas				
25	Saya lega jika berhasil mengumpulkan tugas tepat waktu				
26	Saya sanggup mengerjakan semua tugas dari guru				

SKALA KONTROL DIRI

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		STS	TS	S	SS
1	Saya mematuhi aturan yang berlaku				
2	Saya akan bertanya pada guru jika ada materi yang belum saya pahami				
3	Saya bertindak sesuai dengan apa yang saya yakini selagi itu hal yang benar				
4	Saya mengerjakan tugas setelah kegiatan pondok selesai				
5	Saya senang jika teman di pondok mengingatkan saya untuk mengerjakan tugas				
6	Saya yakin dengan pilihan hidup yang saya buat				
7	Saya melanggar aturan yang berlaku				
8	Saya takut bertanya pada guru jika ada materi yang belum saya pahami				
9	Saya marah jika diingatkan untuk mengerjakan tugas oleh teman saya				
10	Saya mengandalkan pekerjaan teman dalam mengerjakan tugas				

11	Saya memilih bermain dengan teman-teman saya setelah pulang sekolah daripada mengerjakan tugas				
12	Saya mengeluh dengan tugas sekolah yang banyak				
13	Saya ragu dalam membuat keputusan				
14	Saya menyelesaikan tugas sesuai target				
15	Saya mengisi waktu luang dengan membaca buku pelajaran				
16	Saya mengerjakan tugas berdasarkan kemampuan diri sendiri				
17	Saya kesulitan mengerjakan tugas secara bersamaan				
18	Saya takut ketika dihadapkan pada tugas yang sulit				
19	Saya sulit membuat keputusan saat sedang tertekan				
20	Saya menyalahkan orang lain atas kesalahan saya sendiri				
21	Saya tidak mendengarkan guru saat sedang menyampaikan materi				
22	Saya ragu dapat menyelesaikan tugas sendiri				
23	Saya bertindak seenaknya tanpa melihat keadaan sekitar saya				
24	Saya memeriksa tugas sekolah untuk hari besok				
25	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas tepat waktu				
26	Saya membuat keputusan, meskipun dalam kondisi tertekan				
27	Saya tenang ketika selesai mengerjakan tugas sekolah				
28	Saya bersemangat ketika mendapat tugas dari guru				

SKALA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		STS	TS	S	SS
1	Saya percaya dengan keputusan yang telah saya buat				
2	Saya mengutamakan kepentingan kelompok dibandingkan kepentingan saya sendiri				
3	Saya takut dijauhi kelompok jika tidak melakukan sesuatu yang sama seperti mereka				

4	Saya memeriksa notifikasi obrolan grup <i>whatsapp</i> agar tidak ketinggalan informasi terbaru				
5	Saya melakukan semua aturan dalam kelompok agar tetap dianggap sebagai teman				
6	Saya malas mengikuti perkumpulan kelompok				
7	Saya cuek dengan yang kelompok pikirkan tentang saya				
8	Saya malas bergabung dalam obrolan grup di <i>whatsapp</i>				
9	Saya memilih menyendiri daripada bergabung dengan teman kelompok saya				
10	Saya bertindak apa adanya, tanpa takut akan dijauhi teman kelompok saya				
11	Saya berani menegur kelompok saya ketika berbuat salah				
12	Saya cuek jika saya tidak dianggap oleh kelompok				
13	Saya berani berperilaku berbeda dari kelompok				
14	Saya mempertahankan pendapat yang saya anggap benar				

**LAMPIRAN 3: Hasil Validitas dan Reliabilitas Pada Uji Coba Skala
SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK**

Hasil Validitas dan Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.920	26

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PA01	60.12	95.235	0.661	0.881
PA02	60.03	97.218	0.275	0.888
PA03	59.82	94.778	0.404	0.885
PA04	60.09	94.460	0.567	0.882
PA05	60.18	97.028	0.464	0.884
PA06	59.52	93.258	0.539	0.882
PA07	58.55	102.006	-0.016	0.894

PA08	58.94	96.496	0.321	0.887
PA09	60.15	94.758	0.693	0.880
PA10	60.03	96.780	0.491	0.884
PA11	60.27	101.767	0.005	0.893
PA12	60.42	95.252	0.707	0.881
PA13	59.97	91.718	0.695	0.878
PA14	59.76	94.627	0.492	0.883
PA15	60.09	97.273	0.418	0.885
PA16	59.94	95.996	0.566	0.882
PA17	59.85	103.008	-0.088	0.893
PA18	59.48	92.070	0.582	0.881
PA19	59.94	92.184	0.723	0.878
PA20	59.76	90.939	0.717	0.878
PA21	60.21	99.172	0.209	0.889
PA22	59.91	91.585	0.656	0.879
PA23	58.36	105.989	-0.317	0.897
PA24	60.21	95.172	0.453	0.884
PA25	60.27	95.517	0.665	0.881
PA26	60.48	97.008	0.541	0.883
PA27	59.58	100.939	0.055	0.893
PA28	60.15	97.320	0.444	0.884
PA29	60.06	97.621	0.450	0.884
PA30	59.73	95.642	0.470	0.884
PA31	60.52	95.820	0.602	0.882
PA32	59.97	95.905	0.500	0.883

SKALA KONTROL DIRI

Hasil Validitas dan Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.923	28

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD01	83.6667	113.229	0.685	0.919
KD02	83.9091	110.523	0.673	0.918
KD03	83.6970	114.030	0.544	0.921
KD04	84.0000	112.250	0.649	0.919
KD05	83.6667	115.167	0.501	0.921
KD06	83.8788	114.422	0.461	0.922

KD07	83.3939	115.684	0.442	0.922
KD08	84.3030	113.593	0.345	0.924
KD09	83.3939	116.809	0.393	0.922
KD10	83.8485	109.883	0.694	0.918
KD11	83.8788	110.172	0.685	0.918
KD12	84.6667	108.667	0.578	0.920
KD13	84.3636	108.614	0.668	0.918
KD14	83.8182	116.591	0.402	0.922
KD15	84.4242	109.814	0.648	0.919
KD16	83.9091	115.523	0.352	0.923
KD17	84.6970	108.780	0.574	0.920
KD18	84.6667	104.667	0.767	0.916
KD19	85.0909	110.335	0.551	0.920
KD20	83.5758	116.752	0.353	0.923
KD21	83.6667	113.979	0.420	0.922
KD22	84.1212	107.985	0.746	0.917
KD23	83.5152	115.570	0.473	0.922
KD24	83.9091	114.835	0.402	0.922
KD25	83.6364	113.801	0.558	0.920
KD26	84.4848	114.945	0.392	0.923
KD27	83.4545	116.443	0.405	0.922
KD28	84.6364	112.551	0.483	0.921

SKALA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA

Hasil Validitas dan Reliabilitas Setelah Item Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.790	14

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KTS01	73.85	42.383	0.194	0.663
KTS02	73.55	44.631	-0.087	0.696
KTS03	73.48	42.383	0.200	0.662
KTS04	73.12	42.672	0.236	0.661
KTS05	73.48	42.695	0.247	0.660
KTS06	74.91	43.023	0.128	0.667
KTS07	74.61	43.684	0.054	0.672
KTS08	73.52	41.820	0.416	0.652
KTS09	73.39	40.184	0.434	0.643

KTS10	74.24	36.877	0.599	0.619
KTS11	73.30	41.905	0.297	0.656
KTS12	73.27	43.142	0.128	0.667
KTS13	74.03	43.655	0.036	0.675
KTS14	74.00	41.000	0.285	0.655
KTS15	73.36	40.676	0.367	0.649
KTS16	74.00	43.938	-0.006	0.680
KTS17	73.97	46.405	-0.226	0.702
KTS18	74.12	37.797	0.481	0.631
KTS19	73.42	39.564	0.421	0.642
KTS20	75.03	43.968	0.010	0.676
KTS21	73.33	40.979	0.301	0.653
KTS22	74.94	40.684	0.213	0.662
KTS23	74.36	49.176	-0.522	0.715
KTS24	74.18	42.403	0.215	0.661
KTS25	74.67	39.167	0.477	0.637
KTS26	74.97	41.780	0.302	0.655
KTS27	74.82	44.028	0.036	0.672
KTS28	74.30	38.655	0.486	0.634
KTS29	74.61	40.684	0.440	0.645
KTS30	74.73	41.642	0.290	0.656

LAMPIRAN 4: Tabel Isaac dan Michael

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	663	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

LAMPIRAN 5 Hasil Uji Deskriptif Statistik

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kontrol Diri	226	42.00	109.00	85.4425	12.57612
Konformitas Teman Sebaya	226	15.00	49.00	37.3805	5.47450
Prokrastinasi Akademik	226	30.00	98.00	51.7611	12.35279
Valid N (listwise)	226				

LAMPIRAN 6: Kategorisasi Data

kategorisasi_kontroldiri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	29	12.8	12.8	12.8
	Sedang	152	67.3	67.3	80.1
	Tinggi	45	19.9	19.9	100.0
	Total	226	100.0	100.0	

Kategorisasi_KonformitasTemanSebaya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	4.0	4.0	4.0
	Sedang	175	77.4	77.4	81.4
	Tinggi	42	18.6	18.6	100.0
	Total	226	100.0	100.0	

kategorisasi_prokrastinasiakademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	14.6	14.6	14.6
	Sedang	153	67.7	67.7	82.3
	Tinggi	40	17.7	17.7	100.0
	Total	226	100.0	100.0	

LAMPIRAN 7: Hasil Uji Asumsi Klasik dan Uji Hipotesis

UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		226
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.45570210
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.051
	Negative	-.052
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c, d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

UJI LINEARITAS

Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dan Kontrol Diri

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	34292.597	222	154.471	11.442	.0033
		Linearity	29952.927	1	29952.927	2218.735	.000
		Deviation from Linearity	4339.670	221	19.637	1.455	.439
	Within Groups		40.500	3	13.500		
	Total		34333.097	225			

Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dan Konformitas Teman Sebaya

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * Konformitas Teman Sebaya	Between Groups	(Combined)	4653.941	26	178.998	1.200	.240
		Linearity	1591.005	1	1591.005	10.668	.001
		Deviation from Linearity	3062.936	25	122.517	.821	.712
	Within Groups		29679.156	199	149.141		
	Total		34333.097	225			

UJI MULTIKOLINEARITAS

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	122.289	4.413		27.713	.000		
	Kontrol Diri	-.770	.041	-.784	-18.994	.000	.959	1.043
	Konformitas Teman Sebaya	-.126	.093	-.056	-1.358	.176	.959	1.043

UJI HIPOTESIS

Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	122.289	4.413		27.713	.000
	Kontrol Diri	-.770	.041	-.784	-18.994	.000
	Konformitas Teman Sebaya	-.126	.093	-.056	-1.358	.176

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	21825.911	2	10912.956	194.575	.000 ^b
	Residual	12507.186	223	56.086		
	Total	34333.097	225			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

b. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Kontrol Diri

Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.797 ^a	.636	.632	7.489

a. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Kontrol Diri

LAMPIRAN 8: Tabulasi Data

RESPONDEN	X1 (KD)	X2 (KTS)	Y (PA)
1	79	37	44
2	77	44	51
3	96	37	45
4	95	43	38
5	99	35	37
6	96	35	38
7	91	37	50
8	75	38	69
9	102	41	42
10	106	40	39
11	104	37	47
12	102	47	34
13	77	38	60
14	91	37	43
15	103	39	41
16	79	32	44
17	94	40	43
18	78	40	57
19	74	35	60
20	72	34	67
21	103	41	39
22	96	41	36
23	82	38	49
24	92	40	45
25	95	35	39
26	83	39	57
27	74	38	56
28	106	20	40
29	79	37	64
30	87	37	50
31	86	34	43
32	105	41	44
33	92	29	42
34	87	43	62
35	84	40	53
36	105	40	32
37	107	48	34
38	83	49	55
39	82	33	73
40	99	45	44
41	98	42	37
42	84	43	50
43	100	47	39

44	79	48	51
45	79	38	52
46	83	39	49
47	98	32	55
48	85	32	53
49	99	39	39
50	106	42	39
51	102	35	41
52	70	37	68
53	92	49	42
54	95	44	38
55	80	38	56
56	109	38	42
57	103	41	42
58	67	31	65
59	74	30	59
60	78	45	64
61	83	36	56
62	91	41	49
63	88	34	52
64	101	36	38
65	95	47	49
66	82	41	49
67	95	34	51
68	74	38	75
69	65	40	58
70	106	41	36
71	87	31	52
72	73	39	60
73	78	30	52
74	101	35	44
75	88	40	55
76	86	38	52
77	86	38	53
78	79	29	41
79	94	35	50
80	94	40	39
81	100	28	57
82	77	35	53
83	80	36	57
84	67	31	75
85	89	31	53
86	85	36	49
87	81	36	55
88	90	34	57
89	65	37	48

90	80	40	61
91	96	40	51
92	77	30	48
93	93	37	39
94	89	41	40
95	77	23	53
96	79	36	65
97	103	47	45
98	78	38	58
99	97	44	54
100	77	34	58
101	75	42	53
102	88	36	60
103	76	36	56
104	96	46	36
105	94	37	44
106	82	38	56
107	81	35	49
108	69	34	53
109	84	20	69
110	99	35	39
111	70	34	54
112	102	33	38
113	99	38	38
114	86	39	63
115	93	35	47
116	92	36	47
117	61	42	83
118	94	35	48
119	74	37	58
120	83	31	69
121	107	32	39
122	105	32	47
123	91	48	40
124	87	39	39
125	94	39	41
126	95	38	49
127	86	37	36
128	99	40	36
129	85	41	47
130	99	37	36
131	86	42	46
132	85	31	30
133	70	33	48
134	95	30	42
135	88	20	71

136	81	35	59
137	109	27	30
138	79	35	52
139	77	31	69
140	78	40	57
141	80	48	54
142	71	37	58
143	93	45	45
144	94	42	58
145	82	34	60
146	72	41	53
147	73	38	54
148	102	33	33
149	74	42	61
150	76	36	54
151	76	41	50
152	90	36	41
153	83	45	50
154	67	31	73
155	87	39	53
156	83	39	55
157	67	37	64
158	90	39	46
159	90	37	49
160	107	39	38
161	88	47	51
162	75	35	60
163	72	37	63
164	73	41	60
165	79	42	61
166	75	39	64
167	75	27	61
168	80	48	68
169	78	36	56
170	79	26	60
171	90	36	48
172	87	38	47
173	96	34	35
174	72	34	49
175	100	42	37
176	89	39	50
177	74	36	67
178	73	41	71
179	106	38	36
180	90	38	37
181	96	41	40

182	74	35	62
183	79	40	56
184	74	32	56
185	106	44	40
186	74	36	65
187	109	38	34
188	106	49	39
189	83	29	77
190	64	40	75
191	68	40	74
192	70	33	68
193	83	38	72
194	66	41	79
195	65	44	65
196	66	44	68
197	42	15	83
198	51	37	91
199	79	35	67
200	52	40	80
201	63	34	64
202	64	32	74
203	99	34	36
204	96	41	35
205	95	42	39
206	80	41	36
207	81	43	56
208	86	42	51
209	96	43	37
210	81	39	55
211	94	32	33
212	101	41	40
213	89	32	50
214	100	44	44
215	100	42	38
216	88	30	42
217	100	29	30
218	64	29	59
219	77	41	70
220	76	36	51
221	93	35	40
222	56	23	98
223	76	36	56
224	74	37	67
225	73	41	61
226	75	38	67

LAMPIRAN 9: Dokumentasi Bukti Responden

Try Out Skala Penelitian

The screenshot shows a Google Forms interface for a form titled "Try Out Skala Penelitian". The form is in "Published" status. The content of the form includes a greeting, an introduction of the researcher (Devanty Kamila Maulidiya), a request for participation, and instructions for the questionnaire. The form is currently not accepting responses.

Try Out Skala Penelitian

Assalamualaikum wr.wb.

Perkenalkan, saya Devanty Kamila Maulidiya mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Saya memohon kesediaan saudara/i untuk mengisi kuesioner dalam rangka menyelesaikan tugas akhir perkuliahan.

Petunjuk Pengisian:
Kuesioner ini terdiri atas berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman saudara/i.
Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan, yaitu:

STS : **Sangat Tidak Setuju**

Kuesioner Penelitian

The screenshot shows a Google Forms interface for a form titled "Kuesioner Penelitian". The form is in "Published" status. The content of the form includes a greeting, an introduction of the researcher (Devanty Kamila Maulidiya), a request for participation, and a list of criteria for respondents. The form is currently not accepting responses.

Kuesioner Penelitian

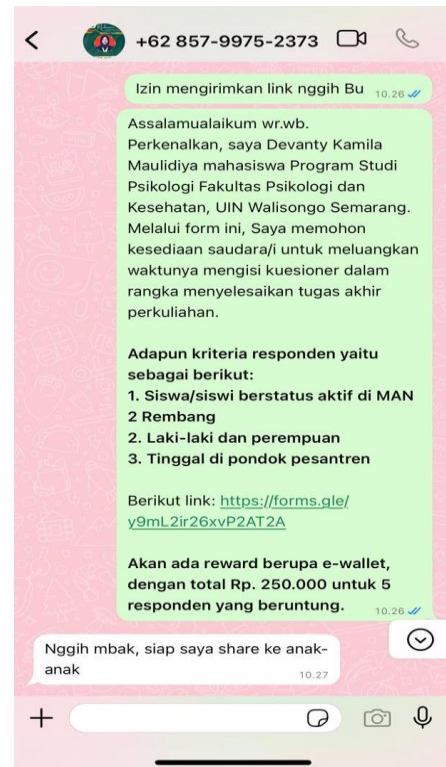
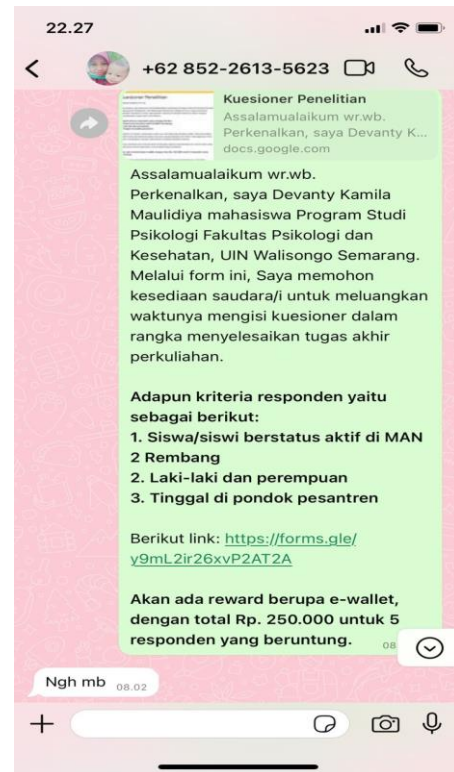
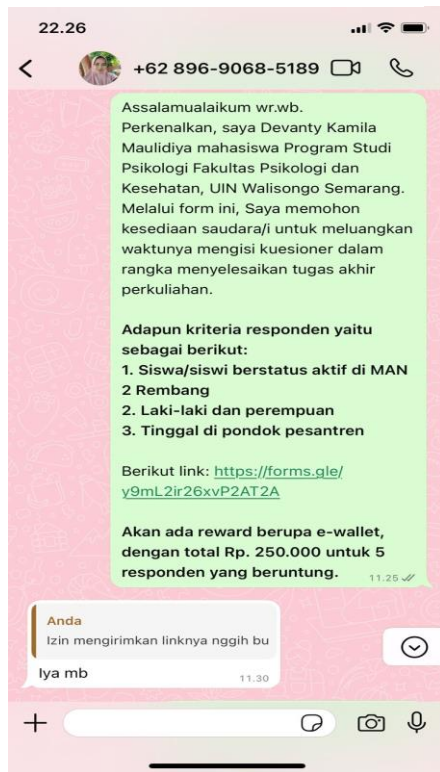
Assalamualaikum wr.wb.

Perkenalkan, saya Devanty Kamila Maulidiya mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Walisongo Semarang. Melalui form ini, Saya memohon kesediaan saudara/i untuk meluangkan waktunya mengisi kuesioner dalam rangka menyelesaikan tugas akhir perkuliahan.

Adapun kriteria responden yaitu sebagai berikut:

1. Siswa/siswi berstatus aktif di MAN 2 Rembang
2. Laki-laki dan perempuan
3. Tinggal di pondok pesantren

LAMPIRAN 10: Dokumentasi Penelitian



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Devanty Kamila Maulidiya
Tempat Tanggal Lahir : Rembang, 14 Mei 2003
Alamat : Desa Karangturi RT 02/RW 03 Lasem,
Rembang
E-mail : devantykamila@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Sekolah Dasar : MI An Nashriyah Lasem
2. Sekolah Menengah Pertama : MTsN 1 Rembang
3. Sekolah Menengah Atas : MAN 2 Rembang
4. Perguruan Tinggi : UIN Walisongo Semarang

C. Pengalaman Organisasi dan Magang

1. Anggota divisi bulu tangkis UKM GEMA SC UIN Walisongo (2022)
2. Anggota UKM Kelompok Peduli Sosial dan Remaja (KPSR) (2022)
3. Koordinator divisi bulu tangkis UKM GEMA SC FPK UIN Walisongo (2022-2023)
4. Anggota biro keagamaan PMII FPK UIN Walisongo (2022)
5. MBKM SD Suryo Bimo Kresno Semarang (2024)