

Peran Kontrol Diri dan Konformitas Sebaya dalam Prokrastinasi Akademik Siswa SMP

Silviana Putri Wijaya

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

Andik Matulesy

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

Suhadianto

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45, Surabaya

E-mail: sisill.putri05@gmail.com

Abstract

Academic procrastination is a behavior that often occurs among students, including junior high school students. If left unchecked, this behavior can negatively impact the learning process and outcomes. This study aims to determine the relationship between self-control and peer conformity with academic procrastination in junior high school (SMP) students. This study used a quantitative correlational approach involving 222 seventh and eighth grade students as respondents, selected using simple random sampling techniques and analyzed using multiple regression through SPSS. The results of the research analysis showed that self-control and peer conformity simultaneously had a significant relationship with academic procrastination. Partially, self-control did not show a significant relationship with academic procrastination, while peer conformity had a positive and significant relationship with academic procrastination. These findings indicate that peer influence has a more dominant role than self-control in influencing students' academic procrastination behavior.

Keyword: Self-Control, Peer Conformity, Academic Procrastination, Junior High School Students.

Abstrak

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda penyelesaian tugas sekolah yang sering terjadi di kalangan pelajar termasuk siswa SMP. Perilaku tersebut jika dibiarkan maka dapat berdampak negatif terhadap proses serta hasil belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 222 siswa kelas VII dan VIII sebagai responden, yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling serta dianalisis menggunakan regresi berganda melalui SPSS. Hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri dan konformitas teman sebaya secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Secara parsial, kontrol diri tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik, sedangkan konformitas teman sebaya memiliki hubungan positif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan kontrol diri dalam memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Konformitas Teman Sebaya, Prokrastinasi Akademik, Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Pendahuluan

Dibandingkan dengan tingkat pendidikan sebelumnya, siswa sekolah menengah pertama biasanya diberikan tugas akademik yang lebih kompleks dan dinamis. Tugas-tugas ini hanya dimaksudkan untuk membantu siswa menjadi individu yang lebih baik (Chandra & Susilawati, 2024). Selain itu, tugas-tugas ini dirancang untuk meningkatkan prestasi belajar siswa, memperluas pengetahuan, dan meningkatkan keterampilan berpikir kritis mereka. Namun, beberapa siswa mungkin tidak menikmati proses belajar ketika tugas-tugas ini diberikan di kelas. Rasa malas dan enggan saat mengerjakan tugas yang harus diselesaikan segera merupakan salah satu masalah akademik yang sering dihadapi oleh siswa. Fenomena ini juga disebut dengan sebutan “prokrastinasi akademik” oleh beberapa ahli. Tuckman (1991) menggambarkan prokrastinasi akademik sebagai bentuk penangguhan, meninggalkan atau sepenuhnya menghindari tugas-tugas yang seharusnya dilakukan. Steel (2007) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik terjadi ketika pelajar dengan sengaja menghindari pengerjaan suatu tugas, meskipun individu yang bersangkutan menyadari bahwa tindakan mereka dapat berdampak negatif pada masa depan.

Banyak studi telah dilakukan guna mempelajari fenomena prokrastinasi akademik dikalangan pelajar, akan tetapi sebagian besar kajian yang ada hanya berfokus pada mahasiswa dan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Faktanya, siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) juga mulai mengalami hal serupa. Hal ini dibuktikan melalui studi yang dilakukan oleh Munawaroh dan Dahlan (2024) untuk memperoleh gambaran tingkat prokrastinasi akademik siswa di SMP Muhammadiyah 9 Yogyakarta. Hasil menunjukkan bahwa 17,2% siswa berada dalam kategori prokrastinasi akademik tinggi, 77,1% berada dalam kategori sedang, dan 5,7% berada dalam kategori rendah. Selain itu, studi luar negeri oleh Qi, dkk. (2025) menyelidiki prokrastinasi akademik dan kecanduan internet di kalangan siswa SMP pedesaan Tiongkok. Hasil menunjukkan bahwa dari 3.219 siswa yang diteliti, 14.23%, atau sekitar 458 siswa, menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik tidak memandang status atau tingkat pendidikan, sehingga dapat terjadi pada siapa saja dan penelitian tersebut menunjukkan bahwa fenomena ini belum sepenuhnya teratasi, sehingga diperlukan program intervensi yang signifikan.

Menurut Ferrari (1995) terdapat dua kategori sumber prokrastinasi akademik, yaitu internal dan eksternal. Dalam penelitian ini, kontrol diri dianggap sebagai faktor internal, dan konformitas teman sebaya dianggap sebagai faktor eksternal pendorong timbulnya kecenderungan prokrastinasi akademik. Secara teoretis, kontrol diri dipandang sebagai salah satu sumber pendorong penting dalam perilaku prokrastinasi akademik. Menurut teori kontrol diri Averill (1973) menegaskan bahwa kontrol diri ialah kemampuan individu untuk mengatur dan mengarahkan diri mereka sendiri. Beberapa hasil penelitian sebelumnya menemukan bahwa kontrol diri berkorelasi negatif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik (Zahrainingsih & Abdurrohman, 2019; Pertiwi & Darminto, 2022; Sriwahyuni, 2022). Artinya apabila

kemampuan kontrol diri individu tinggi, maka kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik akan rendah, begitupula sebaliknya. Selain itu, konformitas dengan teman sebaya dianggap sebagai salah satu sumber pendorong eksternal dari perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan, menurut teori perkembangan psikososial Erik Erikson terutama pada tahap *Identity vs. Role Confusion*, menekankan bahwa remaja sangat menginginkan penerimaan sosial, terutama dari teman sebaya sehingga remaja cenderung menyesuaikan sikap dan perilakunya agar selaras dengan kelompoknya. Beberapa hasil penelitian sebelumnya menemukan bahwa konformitas teman sebaya berkorelasi positif dan signifikan dengan prokrastinasi akademik (Area, 2021; Arisandy & Siregar, 2024; Elly, dkk. 2025).

Observasi awal yang dilakukan oleh peneliti saat mengikuti Program Surabaya Mengajar (PSM) di salah satu SMP Negeri di Kota Surabaya, memberikan bukti tambahan yang mendukung temuan bahwa siswa seringkali tidak mengerjakan tugas rumah dan lebih memilih untuk mengerjakannya disekolah dengan mencontek jawaban temannya, siswa juga seringkali terlambat dalam mengumpulkan tugas yang diberikan, siswa sering meminta waktu tambahan untuk menyelesaikan tugas yang telah diberikan sebelumnya, kurangnya motivasi dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, saat diberikan tugas pengganti oleh guru yang berhalangan hadir, siswa lebih suka melakukan aktivitas lain yang menyenangkan, seperti bermain sepak bola atau *game online* bersama teman-temannya. Selain itu, dalam penelitian ini menggunakan kombinasi variabel yang jarang digabungkan dan diteliti, yaitu kontrol diri dan konformitas teman sebaya sebagai prediktor. Sehingga hal ini memberikan perspektif baru mengenai interaksi antara faktor internal dan faktor eksternal secara simultan dapat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMP.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pendekatan ini diharapkan mampu memperkaya kajian psikologi pendidikan, khususnya dalam memahami perilaku belajar siswa pada masa remaja awal yang sangat dipengaruhi oleh dinamika diri dan lingkungan pertemanan.

Metode

Penelitian ini merupakan kajian kuantitatif jenis korelasional yang dilakukan guna mengetahui korelasi antara variabel yang diteliti. Responden dalam penelitian ini sebanyak 222 yang terdiri dari siswa SMP kelas VII dan VIII yang di ambil dengan metode *simple random sampling*, agar setiap siswa memiliki peluang yang sama untuk menjadi responden penelitian. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik kuesioner model Skala Likert yang di rancang secara mandiri oleh peneliti dan disebarakan melalui *google formulir* agar memudahkan proses distribusi kepada sampel penelitian. Terdapat 3 skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Tuckman Procrastination Scale (TPS)* yang

disusun dengan mengadopsi alat prokrastinasi akademik oleh Tuckman yang telah di adaptasi oleh Bapak Suhadianto. Skala berikutnya adalah skala kontrol diri yang dikembangkan sendiri oleh peneliti merujuk pada pendapat Averill (1973) untuk mengukur kontrol diri individu. Selanjutnya, skala konformitas teman sebaya yang dikembangkan sendiri oleh peneliti merujuk pada pendapat Myers (2012) untuk mengukur konformitas teman sebaya. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson product momen* dengan bantuan SPSS versi 16 for Windows.

Hasil

Berdasarkan karakteristik kelas dapat diketahui bahwa total sampel yang diteliti ialah sejumlah 222 dengan rincian sebagai berikut, terdapat 16 sampel pada kelas 7A (7.21%), 15 sampel pada kelas 7B (6.76%), 12 sampel pada kelas 7C (5.41%), 4 sampel pada kelas 7D (1.8%), 15 sampel pada kelas 7E (6.76%), 14 sampel pada kelas 7F (6.31%), 12 sampel pada kelas 7G (5.41%), 14 sampel pada kelas 7H (6.31%), 13 sampel pada kelas 7I (5.86%), dan 5 sampel pada kelas 7J (2.25%). Selain itu, terdapat 15 sampel pada kelas 8A (6.76%), 7 sampel pada kelas 8B (3.15%), 14 sampel pada kelas 8C (6.31%), 10 sampel pada kelas 8D (4.5%), 14 sampel pada kelas 8E (6.31%), 14 sampel pada kelas 8F (6.31%), 12 sampel pada kelas 8G (5.41%), dan 16 sampel pada kelas 8H (7.21%). Sehingga dapat disimpulkan bahwasannya total responden penelitian di kelas VII ialah sebanyak 120 siswa (54.05%) sedangkan total responden penelitian di kelas VIII ialah sebanyak 102 siswa (45.95%).

Tabel 1

Data Demografi Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Jumlah	Persentase (%)
7A	16	7.21 %
7B	15	6.76 %
7C	12	5.41 %
7D	4	1.80 %
7E	15	6.76 %
7F	14	6.31 %
7G	12	5.41 %
7H	14	6.31 %
7I	13	5.86 %
7J	5	2.25 %
8A	15	6.76 %
8B	7	3.15 %
8C	14	6.31 %
8D	10	4.50 %
8E	14	6.31 %

Kelas	Jumlah	Persentase (%)
8F	14	6.31 %
8G	12	5.41 %
8H	16	7.21 %
TOTAL	222	100 %

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, dapat diamati bahwa dari 222 responden sebanyak 149 (67.1%) siswa berjenis kelamin perempuan dan sisanya yaitu sebanyak 73 (32.9%) berjenis kelamin laki-laki. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden yang berpartisipasi dalam penelitian berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2

Data Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Perempuan	149	67.1 %
Laki-laki	73	32.9 %
Total	222	100 %

Berdasarkan hasil analisis kategorisasi pada skala prokrastinasi akademik dapat diartikan bahwa mayoritas responden yang di amati berada pada kategori sedang yaitu sejumlah 79 siswa dengan persentase 35.59%. Responden dengan tingkat prokrastinasi akademik terbanyak kedua yaitu berjumlah 69 siswa dengan persentase 31.08% yang berada dalam kategori rendah. Selanjutnya, responden dengan tingkat prokrastinasi akademik tinggi berjumlah 45 siswa dengan persentase 20.27%. Responden dengan kategori tinggi sekali sejumlah 20 siswa dengan persentase 9.01%. Sementara itu, sisanya sebanyak 9 siswa berada dalam kategori rendah sekali dengan persentase 4.05%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami prokrastinasi akademik.

Tabel 3

Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik

Variabel	Interval	Kategori	frekuensi	Persentase
	< 16	Rendah Sekali	9	4.05 %
Prokrastinasi Akademik	16 – 24	Rendah	69	31.08 %
	25 – 32	Sedang	79	35.59 %
	33 – 40	Tinggi	45	20.27 %
	X > 41	Tinggi Sekali	20	9.01 %
TOTAL			222	100 %

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil analisis kategorisasi pada skala kontrol diri dapat diartikan bahwa mayoritas responden yang diamati berada pada kategori sedang yaitu sejumlah 94 siswa dengan persentase 42.34%. Responden dengan tingkat prokrastinasi akademik terbanyak kedua yaitu berjumlah 54 siswa dengan persentase 24.32% yang berada dalam kategori tinggi. Selanjutnya, responden dengan tingkat prokrastinasi akademik rendah berjumlah 46 siswa dengan persentase 20.73%. Responden dengan kategori tinggi sekali sejumlah 17 siswa dengan persentase 7.66%. Sementara itu, sisanya sebanyak 11 siswa berada dalam kategori rendah sekali dengan persentase 4.95%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan pengendalian diri yang cukup baik.

Tabel 4

Kategorisasi Skala Kontrol Diri

Variabel	Interval	Kategori	frekuensi	Persentase
Kontrol Diri	< 80	Rendah Sekali	11	4.95 %
	80 – 93	Rendah	46	20.73 %
	94 – 107	Sedang	94	42.34 %
	108 – 121	Tinggi	54	24.32 %
	X > 122	Tinggi Sekali	17	7.66 %
TOTAL			222	100 %

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil analisis kategorisasi pada skala konformitas teman sebaya, dapat diartikan bahwa mayoritas responden yang diamati berada pada kategori sedang yaitu sejumlah 82 siswa dengan persentase 36.94%. Responden dengan tingkat konformitas teman sebaya terbanyak kedua yaitu berjumlah 58 siswa dengan persentase 26.12% yang berada dalam kategori rendah. Selanjutnya, responden dengan tingkat konformitas tinggi berjumlah 56 siswa dengan persentase 25.23%. Responden dengan kategori tinggi sekali sejumlah 16 siswa dengan persentase 7.21%. Sementara itu, sisanya sebanyak 10 siswa berada dalam kategori rendah sekali dengan persentase 4.50%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat konformitas yang sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa siswa cenderung menyesuaikan sikap dan perilaku dengan teman sebayanya secara wajar, tidak terlalu mudah terpengaruh namun juga tidak sepenuhnya menolak pengaruh lingkungan pertemanan.

Tabel 5

Kategorisasi Skala Konformitas Teman Sebaya

Variabel	Interval	Kategori	frekuensi	Persentase
Konformitas Teman Sebaya	< 34	Rendah Sekali	10	4.50 %
	34 – 41	Rendah	58	26.12 %
	42 – 48	Sedang	82	36.94 %
	49 – 56	Tinggi	56	25.23 %
	X > 57	Tinggi Sekali	16	7.21 %
TOTAL			222	100 %

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil pengujian normalitas yang dilakukan terhadap sebaran data prokrastinasi akademik, kontrol diri, dan konformitas teman sebaya dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh nilai sig. 0.728 ($p > 0,05$), sehingga dapat diartikan bahwa sebaran data berdistribusi normal.

Tabel 6

Hasil Uji Normalitas

One Sample Kolmogrov-Smirnov Test		
N	Sig.	Keterangan
222	0.728	Normal

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil pengujian linearitas yang telah dilakukan, diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa nilai *Deviant from Linearity* sebesar $F = 0.783$ dengan signifikansi 0.853 ($> 0,05$) pada korelasi antara prokrastinasi akademik dan kontrol diri, serta nilai *Deviant from Linearity* sebesar $F = 0.915$ dengan skor sig. 0.609 ($> 0,05$) pada korelasi antara prokrastinasi akademik dan konformitas teman sebaya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini bersifat linier.

Tabel 7

Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kontrol Diri – Prokrastinasi Akademik	0.783	0.853	Linear
Konformitas Teman Sebaya – Prokrastinasi Akademik	0.915	0.609	Linear

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil pengujian multikolinearitas yang telah dilakukan, diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0.996 yang lebih besar dari 0.10 dan nilai VIF sebesar 1.004 yang lebih kecil dari 10.00. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat interkorelasi antara variabel X1 dan X2 pada data penelitian ini.

Tabel 8

Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Colinearity Statistics		
	Tolerance	VIF	Keterangan
Kontrol Diri – Konformitas Teman Sebaya	0.996	1.004	Tidak terjadi multikolinearitas

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil pengujian heteroskedastisitas yang telah dilakukan terhadap variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan menggunakan korelasi *Spearman's Rho*, diperoleh nilai sig. sebesar 0.913 ($p > 0,05$) untuk variabel kontrol diri dan sig. 0.936 ($p > 0,05$) untuk variabel konformitas teman sebaya. Hasil tersebut mencerminkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada variabel X1 (kontrol diri) dan variabel X2 (konformitas teman sebaya).

Tabel 9

Hasil Uji Heterokedastisitas

Variabel	Sig.	Ket.	Kesimpulan
Kontrol Diri (X1)	0.913	> 0,05	Tidak terjadi heteroskedastisitas
Konformitas Teman Sebaya (X2)	0.936	> 0,05	

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil pengujian simultan yang telah dilakukan terhadap variabel Kontrol Diri (X1) dan Konformitas Teman Sebaya (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y), diperoleh nilai F hitungan yaitu 13.941 dengan nilai sig. 0.000 ($p < 0.05$). sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif antara kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan konformitas teman sebaya secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Tabel 10

Hasil Uji Simultan (Uji F)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	1754.043	2	877.022	13.941	0.000

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Residual	13777.452	219	62.911		
Total	15531.495	221			

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilakukan, dapat dinyatakan bahwasannya kontrol diri tidak memiliki pengaruh yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Hal ini dibuktikan oleh nilai $t = 0.834$ dengan nilai sig. sebesar 0.405 ($p > 0.05$). Sehingga dapat diartikan bahwa tinggi atau rendahnya tingkat kontrol diri siswa tidak berkontribusi secara langsung terhadap tinggi rendahnya perilaku prokrastinasi akademik pada responden dalam penelitian ini. Sedangkan untuk skala konformitas teman sebaya memiliki hubungan positif yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini ditunjukkan oleh perolehan nilai $t = 5.255$ dengan nilai sig. 0.000 ($p < 0.05$). Sehingga dapat diartikan jika semakin tinggi konformitas teman sebaya maka akan semakin semakin tinggi pula prokrastinasi akademik yang dilakukan, begitupula sebaliknya.

Tabel 11

Hasil Uji Parsial (Uji - t regresi)

Model	Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficient Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	8.663	5.214		1.662	0.098
Kontrol Diri	0.032	0.038	0.053	0.834	0.405
Konformitas Teman Sebaya	0.374	0.071	0.335	5.255	0.000

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Hasil analisis uji sumbangan efektif pada variabel kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik, diperoleh nilai korelasi atau hubungan (R) pada variabel kontrol diri (X_1) dan konformitas teman sebaya (Y) yaitu sebesar 0.336 dan nilai koefisien determinasi (R Square) yaitu 0.113 , yang apabila dikonversikan kedalam bentuk persentase menjadi 11.3% . Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara bersama-sama variabel Kontrol Diri (X_1) dan Konformitas Teman Sebaya (X_2) dapat mempengaruhi Prokrastinasi Akademik (Y) hingga 11.3% , sedangkan sisanya yaitu $88,7\%$ dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel yang diteliti. Meskipun nilai sumbangan efektif yang dihasilkan tergolong rendah, namun kedua variabel independent memiliki kontribusi nyata dalam mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik pada siswa.

Tabel 12

Hasil Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.336	0.113	0.105	7.932

Sumber: Output SPSS 16 for Windows

Pembahasan

Penelitian ini ditujukan guna mengetahui korelasi antara Kontrol Diri dan Konformitas Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh temuan bahwasannya masing-masing variabel independent memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel dependent. Temuan ini menunjukkan bahwa fenomena prokrastinasi akademik juga dapat terjadi di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Sriwahyuni (2022) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik.

Hasil uji parsial terhadap variabel kontrol diri dan prokrastinasi akademik menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap dua variabel penelitian tersebut. Hal ini mengindikasikan bahwasannya tinggi atau rendahnya tingkat kontrol diri siswa tidak berkontribusi secara langsung terhadap tinggi rendahnya perilaku prokrastinasi akademik pada responden dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Katolik & Atma (2022) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik dan kontrol diri hanya memberikan kontribusi yang kecil terhadap prokrastinasi akademik. Sehingga temuan ini dapat memberikan perspektif baru dalam penelitian kontrol diri dan prokrastinasi akademik pada siswa SMP.

Berbeda dengan variabel kontrol diri, konformitas teman sebaya dalam penelitian ini memperoleh hasil yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan terhadap konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik, hal ini mengindikasikan bahwasannya jika konformitas siswa terhadap teman sebayanya tinggi, maka akan berpotensi meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik pada siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arisandy & Siregar (2024) yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik pada siswa siswi kelas VIII SMPN 50 Palembang. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Area (2021) yang menunjukkan adanya pengaruh positif signifikan antara konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Alulum Terpadu medan. Hasil serupa juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Elly dkk.

(2025) yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMPN 1 Tenggara.

Hasil uji sumbangan efektif antara variabel independen terhadap variabel dependen menunjukkan adanya kontribusi yang relatif kecil. Rendahnya nilai tersebut mengindikasikan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang bersifat kompleks dan multidimensional. Sehingga tidak hanya dipengaruhi oleh satu atau dua faktor saja, melainkan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hal ini sejalan dengan pendapat Suhadianto & Pratitis (2020) yang menyatakan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang saling berinteraksi. Meskipun begitu, kedua variabel independen yang diteliti memiliki kontribusi nyata dalam mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik pada siswa SMP. Rendahnya nilai kontribusi kedua variabel independen tersebut mengindikasikan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang bersifat kompleks dan multidimensional.

Hasil temuan terhadap hubungan kontrol diri dan prokrastinasi akademik dalam penelitian ini bisa saja terjadi dikarenakan siswa SMP berada pada tahap remaja awal, dimana kemampuan mengatur diri dan mengendalikan impuls belum berkembang secara optimal (Santrock, 2011). Sehingga pada usia ini, siswa mudah terdistraksi dan sulit menerapkan kontrol diri secara konsisten. Akibatnya meskipun siswa memiliki tingkat kontrol diri tertentu, kemampuan tersebut belum cukup untuk mencegah perilaku penundaan tugas atau prokrastinasi akademik.

Sedangkan pada variabel konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan dapat dijelaskan oleh teori perkembangan psikososial Erik Erikson terutama pada tahap *Identity vs. Role Confusion*. Teori ini menekankan bahwa remaja sangat menginginkan penerimaan sosial, terutama dari teman sebaya. Penerimaan dari teman sebaya menjadi pondasi penting bagi pembentukan identitas diri, sehingga remaja cenderung menyesuaikan sikap dan perilakunya agar selaras dengan kelompoknya. Dengan demikian, berdasarkan teori Erikson, hubungan positif antara konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik dapat dipahami sebagai konsekuensi dari kebutuhan remaja untuk membangun identitas diri melalui afiliasi sosial. Pada tahap perkembangan ini, pengaruh teman sebaya menjadi lebih dominan dibandingkan pertimbangan pribadi, sehingga perilaku akademik siswa lebih mudah dipengaruhi oleh norma dan kebiasaan kelompoknya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan dan analisis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMP. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan kontrol diri yang dimiliki siswa tidak berkontribusi secara langsung terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Namun sebaliknya, konformitas teman sebaya terbukti memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat konformitas siswa terhadap kelompok sebayanya, maka

akan semakin tinggi pula kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini prokrastinasi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu pengaruh teman sebaya, dibandingkan dengan faktor internal berupa kontrol diri.

Oleh karena itu, saran yang dapat diberikan yaitu siswa diharapkan dapat menyadari pengaruh teman sebaya serta dampak yang ditimbulkan terhadap perilaku belajar. Selain itu, siswa juga diharapkan untuk mampu mengendalikan perilaku kepatuhan, ketaatan, dan penerimaan terhadap kelompok sosialnya, agar tidak mudah terkena tekanan teman sebaya dan tidak selalu mencari penerimaan dari kelompok sosialnya. Selanjutnya, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman oleh instansi sekolah maupun lembaga pendidikan dalam merancang program bimbingan dan konseling yang berfokus pada pengelolaan pengaruh teman sebaya secara positif.

Refrensi

- Area, U. M. (2021). *PROKRASITINASI AKADEMIK PADA SISWA DI SMA AL-ULUM TERPADU MEDAN SKRIPSI Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area OLEH : ANINDITA MAGHIRA PUTRI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA MEDAN.*
- Arisandy, D., & Siregar, R. (2024). Konformitas Teman Sebaya Ditinjau Dari Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 7(2), 83–100. <http://ejournal.uij.ac.id/index.php/CONS>
- Chandra, R., & Susilawati, L. K. P. A. (2024). Penyebab Prokrastinasi pada Siswa Sekolah Menengah: Literature Review. *Indonesian Research Journal on Education : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 2570–2576. web: <https://irje.org/index.php/irje>
- Elly, M., Sulistyani, N. W., & Ramadhan, Y. A. (2025). *Pengaruh Konformitas terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMPN 1 Tenggara*. 1401–1407.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Katolik, U., & Atma, I. (2022). *Kontrol diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa*. 20(2), 165–175.
- Munawaroh, M. L., & Dahlan, U. A. (2024). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 13. <https://citeus.um.ac.id/jkbk> Available at: <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol2/iss1/13>
- Noviananda, R., & Ansyah, E. H. (2024). Pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap kepatuhan tata tertib pada siswa sekolah menengah kejuruan (smk). *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 946-958.
- Pertiwi, S., & Darminto, E. (2022). Hubungan antara prokrastinasi akademik dengan efikasi diri dan kontrol diri peserta didik SMA di Kabupaten Tulungagung. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 248–260. <https://doi.org/10.26539/teraputik.621185>
- Qi, Y., Zhu, W., An, Z., Lu, Q., Zhao, M., Zhang, T., Zong, J., Xue, P., & Gao, Y. (2025). Internet addiction and academic procrastination among Chinese rural junior high school students: a moderated mediation model examining the roles of psychological and environmental factors. *Humanities and Social Sciences Communications*, 12(1), 1890. <https://doi.org/10.1057/s41599-025-06164-1>
- Santrock, J. W. (2011). *Child Development*. New York: McGraw-Hill International.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Sriwahyuni, M. (2022). *Hubungan antara Konformitas dan Self-Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Sarjana Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU.*
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the

procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473–480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>

Zahraningsih, I. S., & Abdurrohim. (2019). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang The Relationship Between Self-Control And Conformity And Academic Procrastination In The Students Of Sultan Agung 3 Islamic High S. 000*, 420–427.