

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI BELAJAR  
DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA  
MENENGAH PERTAMA (SMP)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :**

**ANISA NURMALAHAYATI**  
**1512200196**

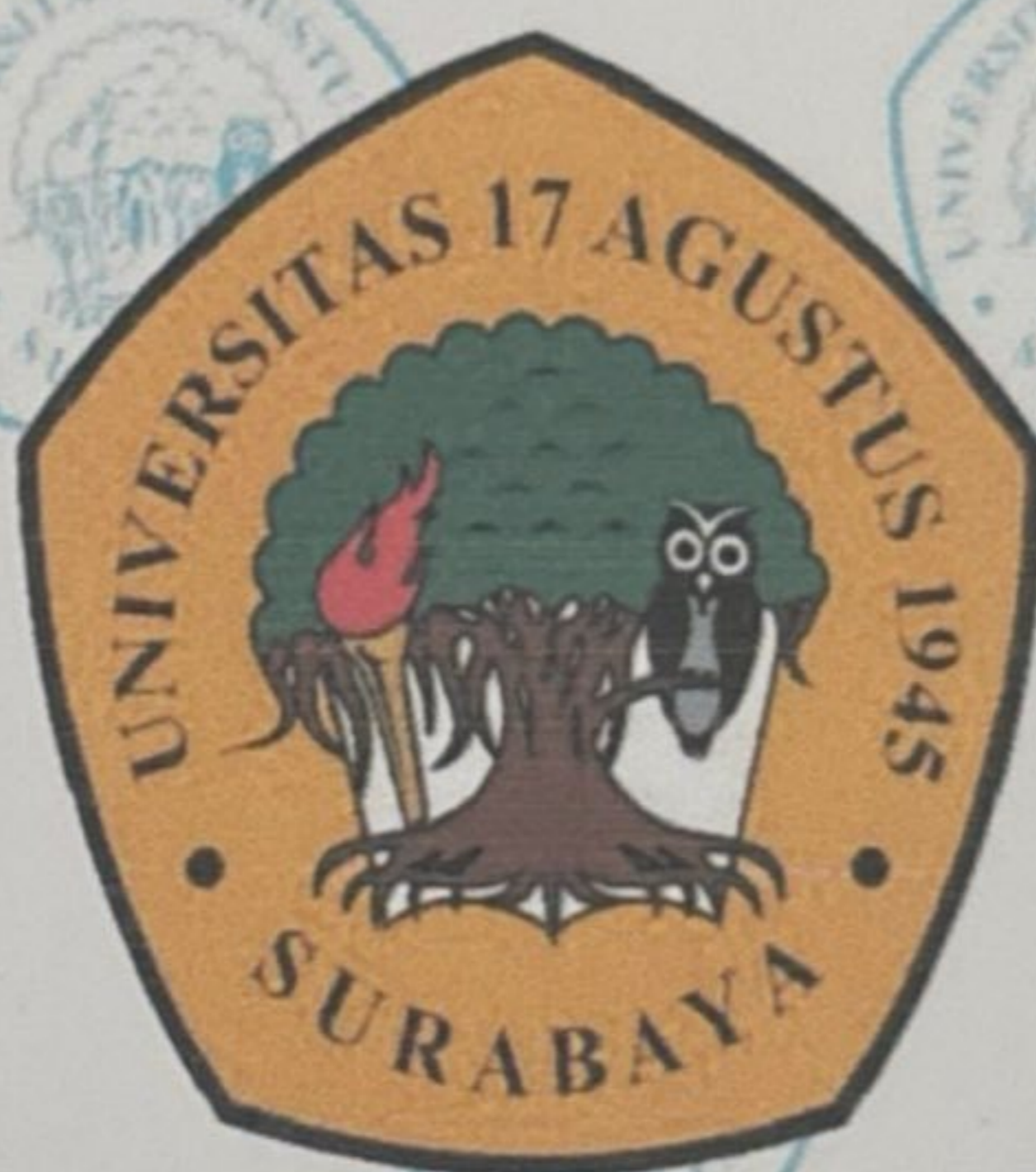
**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2026**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI BELAJAR DAN  
KONFORMITAS TEMAN SEBAYA DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA MENENGAH  
PERTAMA (SMP)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



oleh:

**Anisa Nurmalahayati**

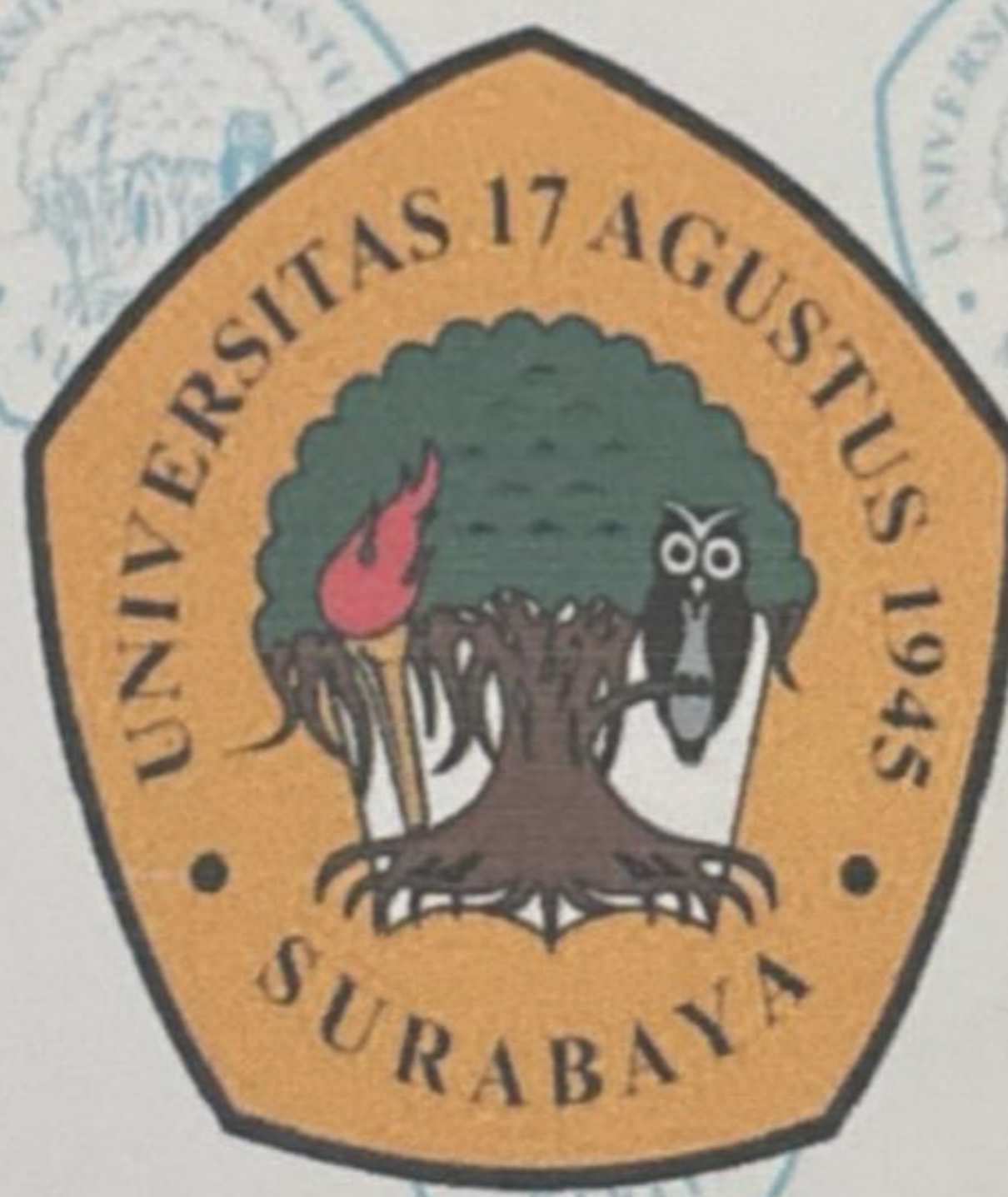
**1512200196**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2026**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI BELAJAR DAN  
KONFORMITAS TEMAN SEBAYA DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK PADA SISWA MENENGAH  
PERTAMA (SMP)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



oleh:

**Anisa Nurmalahayati**

**1512200196**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2026**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 07 Januari 2026



**Anisa Nurmalahayati**

NBI: 1512200196

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**NAMA** : Anisa Nurmalahayati  
**NBI** : 15122196  
**JUDUL** : Hubungan Antara Regulasi Diri Belajar Dan Konformitas  
Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada  
Siswa Menengah Pertama (SMP)

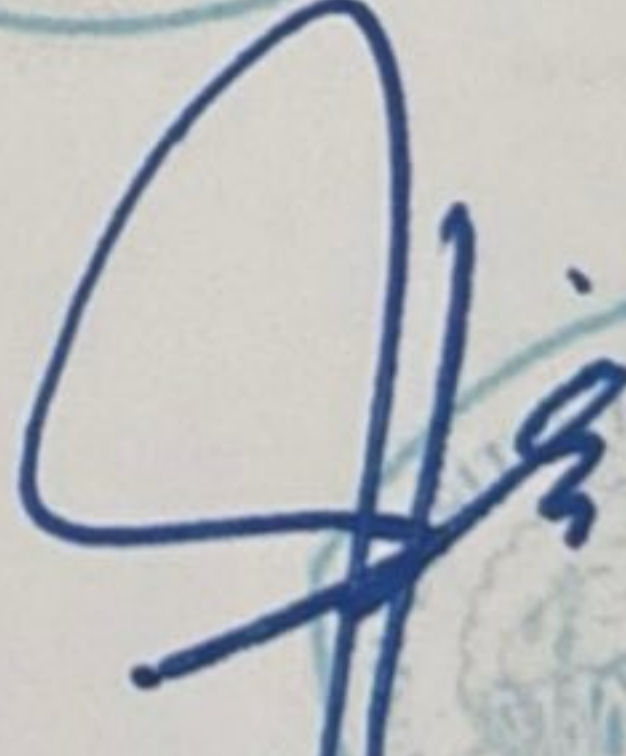
Surabaya, 05 Januari 2026

Disetujui oleh:

**Dosen Pembimbing I**

**Dosen Pembimbing II**

  
**Dr. Andik Matulesy, M.Si.,  
Psikolog**

  
**Dr. Suhadianto, S.Psi., M. Psi.,  
Psikolog**

**HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI**

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 11 Januari 2026**

**Dewan Penguji :**

**1. Dr. Hetti Sari Ramadhani, S.Psi., M.Si., Psikolog** .....

**2. Dr. Andik Matulesy, M.si., Psikolog** .....

**3. Dr. Suhadianto, S.Psi., M. Psi., Psikolog** .....

**Mengesahkan**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

**Dekan,**

**Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog**

**NPP. 20510020551**

## MOTTO

“Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya. Dan sesungguhnya usahanya itu kelak akan diperlihatkan.”

- (Qs. An-Najm 39-40)

“its fine to fake it will you make it. Until you do, untill it's true”

- Taylor Swift

“Life can be heavy, especially if you try to carry it all at once. Part of growing up and moving into new chapters of your life is about catch and release. What i mean by that is, knowing what things to keep, and what things to release. You can't carry all things. Decide what is yours to hold and let the rest go”

- Taylor Swift

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan kesehatan, rahmat, dan hidayah-Nya, sehingga penulis diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Hubungan Antara Regulasi Diri Belajar dan Konformitas Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Menengah Pertama (SMP)" sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar sarjana. Meskipun skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, penulis merasa bangga telah berhasil sampai pada tahap ini dan dapat menyelesaikannya tepat waktu. Dengan rasa syukur yang mendalam, penulis mempersembahkan skripsi ini untuk:

1. Kedua orang tua dan kakak saya tercinta, Bapak , Ibu dan Kakak saya Terima kasih atas setiap usaha dan kerja keras yang telah Bapak dan Ibu lakukan dalam mencari nafkah, serta atas segala motivasi, perhatian, kasih sayang, dan dukungan yang tak pernah putus, baik secara moral maupun finansial, demi keberhasilan anak mu dalam meraih gelar Sarjana Psikologi. Terima kasih atas cinta dan pengorbanan yang begitu besar. Semoga Bapak, Ibu dan kakak selalu diberikan kesehatan, berada dalam lindungan Allah SWT, dan senantiasa hadir dalam setiap perjalanan hidup penulis ke depan.
2. Ucapan terima kasih saya tujukan kepada dosen pembimbing, Bapak Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog dan Ibu Dr. Suhadianto, S.Psi., M. Psi., Psikolog atas bimbingan, dan arahan yang telah diberikan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Teman - teman seperjuangan selama masa perkuliahan yang telah menemani penulis baik dalam keadaan suka maupun duka.
4. Semua sahabat - sahabat penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah menjadi rumah untuk penulis berkeluh kesah.
5. *Last but not least*, untuk diri saya sendiri. Terima kasih telah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Perjalanan ini bukan tentang siapa yang paling cepat, tetapi tentang bagaimana kamu terus berjalan meski langkahmu terasa berat. Terima kasih karena terus berusaha dan tidak memilih untuk menyerah, serta senantiasa menikmati setiap proses yang dilalui.

## *CURRICULUM VITAE*

### **A. Identitas Diri**

Nama : Anisa Nurmalahayati  
Tempat Lahir : Surabaya  
Tanggal Lahir : 21 Februari 2003  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Jl Kedurus 3 Pilang Mukti  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Email : [anisanurmalahayati@gmail.com](mailto:anisanurmalahayati@gmail.com)  
No. Telepon : 085737031765



### **B. Riwayat Pendidikan**

2022 – Sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2018 – 2021 : SMKN 06 Surabaya  
2015 – 2018 : SMPN 16 Surabaya  
2009 – 2015 : SD SITI AMINAH

### **C. Riwayat Pekerjaan**

Tidak ada

### **D. Riwayat Organisasi**

Tidak ada

### **E. Kemampuan**

Microsoft Office

Canva

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT atas rahmat dan anugerah kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Hubungan antara Regulasi Diri Belajar dan Konformitas Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Menengah Pertama". Penulisan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat kelulusan pendidikan program Strata-1 Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

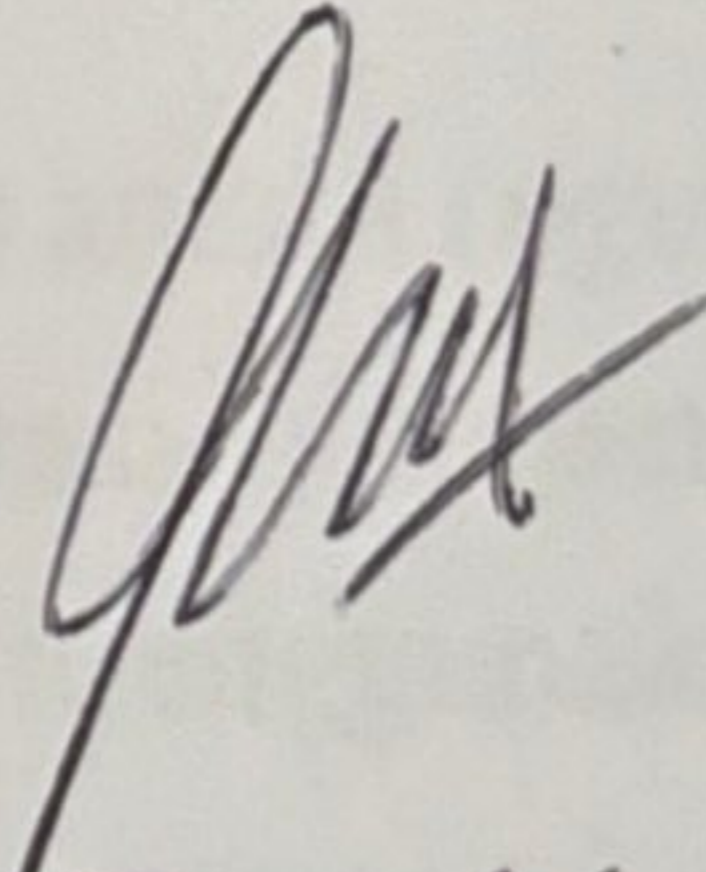
Proses penulisan skripsi tidak lepas dari hambatan dan kesulitan. Namun berkat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan skripsi hingga selesai. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Harjo Seputro, S.T., M.T selaku Pj. selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Andik Matulesy, M.Si, Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan dan memberi arahan dalam pengerjaan skripsi.
6. Dr. Suhadianto, S.Psi., M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan bimbingan dan memberi arahan dalam pengerjaan skripsi.
7. Eko April Ariyanto, S. Psi., M. Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) yang telah mendampingi dan membimbing penulis selama menempuh pendidikan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
8. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan ilmu serta mendidik selama menjalani pendidikan di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

9. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan doa selama menempuh pendidikan hingga selesainya skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis hingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi hingga selesai.

Surabaya, 07 Januari 2026

Penulis



(Anisa Nurmalahayati)

# HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI BELAJAR DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK

**Anisa Nurmalahayati**  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
[anisanurmalahayati@gmail.com](mailto:anisanurmalahayati@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri belajar dan konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengambilan partisipan menggunakan metode *accidental sampling* dengan Jumlah sampel penelitian berjumlah 228 siswa SMP. Instrumen yang digunakan berupa skala prokrastinasi akademik, skala regulasi diri belajar, dan skala konformitas teman sebaya. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman's Rho karena data tidak memenuhi asumsi linearitas. Hasil analisis menunjukkan  $\rho = -0,747$  signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) adanya hubungan negatif dan signifikan antara regulasi diri belajar dan prokrastinasi akademik. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan  $\rho = 0,572$  signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) adanya hubungan positif antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan prokrastinasi akademik perlu difokuskan pada penguatan kemampuan regulasi diri belajar siswa, seperti keterampilan mengatur waktu, menetapkan tujuan belajar, dan mengelola distraksi. Selain itu, sekolah dan guru diharapkan dapat menciptakan iklim pertemanan yang positif dengan mendorong norma kelompok yang mendukung disiplin dan tanggung jawab akademik, sehingga pengaruh teman sebaya dapat diarahkan ke arah yang positif.

Kata Kunci: regulasi diri belajar, konformitas teman sebaya, prokrastinasi akademik, siswa SMP

# **THE CORRELATION BETWEEN SELF-REGULATION OF LEARNING AND PEER COMFORMITY WITH ACADEMIC PROCRASTINATION IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS.**

**Anisa Nurmalahayati**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[anisanurmalahayati@gmail.com](mailto:anisanurmalahayati@gmail.com)

## **ABSTRACT**

*This research aims to find out the relationship between self-regulation of learning and peer conformity with academic procrastination in Junior High School students. This research uses a quantitative approach with correlational design. The technique of taking participants using the accidental sampling method with a total of 228 junior high school students. The instruments used are academic procrastination scale, self-regulation scale, and peer conformity scale. Data analysis was carried out using the Spearman's Rho correlation test because the data did not meet the linearity assumption. The results of the analysis showed that  $\rho = -0,747$  the significance of  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) there was a negative and significant relationship between self-regulation of learning and academic procrastination. In addition, the research results also show that  $\rho = 0,572$  significance  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) there is a positive relationship between peer conformity and academic procrastination. This research shows that efforts to prevent academic procrastination need to be focussed on strengthening students' learning self-regulation ability, such as time management skills, setting learning goals, and managing distractions. In addition, schools and teachers are expected to create a positive friendship climate by encouraging group norms that support discipline and academic responsibility, so that the influence of peers can be directed in a positive direction.*

**Keywords:** *self-regulated learning, peer conformity, academic procrastination, junior high school students*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN ....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	vi
MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i> .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
ABSTRAK .....	xii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah .....	1
2. Rumusan Masalah Penelitian .....	7
B. Tujuan dan Manfaat.....	7
1. Tujuan Penelitian .....	7
2. Manfaat Penelitian.....	7
C. Keaslian Penelitian .....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Prokrastinasi Akademik.....	11
1. Definisi Prokrastinasi Akademik.....	11
2. Aspek Prokrastinasi Akademik.....	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	14
B. Regulasi Diri Belajar .....	15
1. Definisi Regulasi diri Belajar .....	15

2.	Aspek Regulasi Diri Belajar .....	16
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri Belajar.....	19
C.	Konformitas Teman Sebaya.....	20
1.	Definisi Konformitas Teman Sebaya.....	20
2.	Aspek Konformitas Teman Sebaya .....	21
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konformitas Teman Sebaya ..	22
D.	Kerangka Berpikir .....	23
E.	Hipotesis .....	25
BAB III METODE PENELITIAN .....		27
A.	Populasi dan Partisipan.....	27
1.	Populasi .....	27
2.	Partisipan .....	27
B.	Desain Penelitian .....	28
C.	Instrumen Pengumpulan Data .....	28
1.	Skala I (Prokrastnasi Akademik) .....	29
2.	Skala II (Regulasi Diri Belajar).....	31
3.	Skala III (Konformitas Teman Sebaya) .....	34
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data .....	38
1.	Uji Prasyarat .....	38
2.	Analisis Data .....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		41
A.	Hasil Penelitian.....	41
1.	Data Pelaksanaan Kegiatan .....	41
2.	Data Demografi .....	41
3.	Analisis Deskriptif.....	44
4.	Hasil Uji Hipotesis .....	46
B.	Pembahasan .....	48
BAB V .....		55
KESIMPULAN DAN SARAN .....		55
A.	Kesimpulan.....	55
B.	Saran .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....		57
LAMPIRAN .....		65

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skala Likert.....	28
Tabel 2 <i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala Prokrastinasi Akademik.....	29
Tabel 3 <i>Hasil Uji Validitas</i> Aitem Prokrastinasi Akademik.....	30
Tabel 4 <i>Blue Print</i> Sebaran Aitem Skala Regulasi Diri Belajar.....	32
Tabel 5 <i>Hasil Uji Validitas</i> Aitem Regulasi Diri Belajar.....	34
Tabel 6. <i>Blue Print Skala Konformitas Teman Sebaya</i> .....	35
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Skala Komformita teman sebaya.....	37
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas.....	38
Tabel 9 Hasil Uji Linearitas.....	39
Tabel 10. Hasil Uji Multikolinearitas.....	40
Tabel 11 Uji Heteroskedasitas.....	40
Tabel 12. Karakteristik Berdasarkan Kelas.....	42
Tabel 13. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	42
Tabel 14. Karakteristik Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 15. Karakteristik Berdasarkan Asal Sekolah.....	43
Tabel 16. Hasil Uji Statistik Empirik.....	44
Tabel 17. Hasil Kategorisasi Skala Regulasi Diri Belajar.....	44
Tabel 19. Hasil Kategorisasi Skala Konformitas Teman Sebaya.....	45
Tabel 20. Hasil Kategorisasi Skala Prokrastinasi Akademik.....	45
Tabel 23. Hasil Uji Spearman's Rho $X_1$ dengan Y.....	47
Tabel 24. Klasifikasi Kekuatan Korelasi Spearman ( $\rho$ ).....	47
Tabel 23. Hasil Uji Korelasi Spearman antara $X_2$ dan Y.....	47



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Kuisisioner <i>Google form</i> .....	65
Lampiran 2 : Kuisisioner Skala Prokrastinasi Akademik .....	66
Lampiran 3: Kuisisioner Skala Regulasi Diri Belajar .....	67
Lampiran 4: Kuisisioner Skala Regulasi Diri Belajar .....	69
Lampiran 5: Tabulasi data Skala Prokrastinasi Akademik .....	71
Lampiran 6 : Tabulasi data Skala Regulasi Diri Belajar .....	72
Lampiran 7: Tabulasi data Skala Konformitas Teman Sebaya .....	73
Lampiran 8 : Uji Validitas Prokrastinasi Akademik & Uji Reabilitas Put 1..	74
Lampiran 9 : Uji Validitas Putaran 1 Skala Regulasi Diri Belajar .....	75
Lampiran 10 : Putaran 2 Skala Regulasi Diri .....	77
Lampiran 11 : Uji Validitas Skala Konformitas Teman Sebaya .....	79
Lampiran 12: Skor Tabulasi Data .....	81
Lampiran 13 Uji Normalitas .....	82
Lampiran 14 Uji Linieritas X1 DAN Y .....	83
Lampiran 15 Uji Linieritas X2 dan Y .....	84
Lampiran 16 Uji Multikolinieritas .....	85
Lampiran 17 Uji Heteroskedastisitas .....	86
Lampiran 18 Uji Hipoteis .....	87
Lampiran 19: Surat izin Penelitian .....	88