

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 School Semarang

*Ichdha Sausan Zahraningsih¹, Abdurrohimi, S.Psi, M.Si²

¹Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

²Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

*Corresponding Author:
ichdhasausanz@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 47 siswa. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster random sampling. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kontrol diri dengan reliabilitas sebesar 0,751, skala konformitas dengan reliabilitas sebesar 0,729 dan skala prokrastinasi akademik dengan reliabilitas sebesar 0,849. Analisis data menggunakan analisis regresi dua prediktor dan korelasi parsial. Hasil uji hipotesis pertama diterima dengan R sebesar 0,544 dan F_{hitung} sebesar 9,255 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik. Hipotesis kedua ditolak dengan $r_{x1y} = -0,131$ dengan taraf signifikansi 0,384 ($p > 0,01$) yang berarti tidak ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Hipotesis ketiga diterima dengan $r_{x2y} = 0,448$ dengan taraf signifikansi 0,002 ($p < 0,01$) yang menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel kontrol diri dan konformitas terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 29,6%.

Kata kunci : Prokrastinasi akademik, Kontrol diri, Konformitas

Abstract

This research was aimed to find the relationship between self-control and conformity and academic procrastination in the students of Sultan Agung 3 Islamic High School Semarang. The subjects of this research were 47 students. The method of sample collection was cluster random sampling. The scales used in this research were self-control scale with reliability of 0.751, conformity scale with reliability of 0.729 and academic procrastination scale with reliability of 0.849. The data were analyzed with regression analysis two predictors and partial correlation. The result of the first hypothesis test was obtained by gaining R score of 0.544 and $F_{calculation}$ of 9.255 with signification rate of 0,000 ($p < 0,01$). It showed that there was a really significant relationship between self-control and conformity and academic procrastination. The second hypothesis was rejected by $r_{x1y} = -0,131$ with signification rate of 0,384 ($p > 0,01$) that meant there was no relationship between self-control and academic procrastination. The third hypothesis was obtained by $r_{x2y} = 0,448$ with signification rate of 0,002 ($p < 0,01$) which showed

a significantly positive relationship between conformity and academic procrastination. The amount of effective contribution of self-control and conformity variables given to academic procrastination was 29.6 %.

Keywords: *Academic procrastination, Self-control, Conformity*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu proses pembelajaran yang dapat dicapai oleh seseorang dalam rangka untuk mengembangkan potensi dalam dirinya. Manfaat proses belajar adalah untuk memperoleh pengetahuan, ketrampilan dan informasi sehingga dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Proses belajar berlangsung sejak dini hingga akhir dari kehidupan manusia. Pendidikan di Indonesia ini beragam diantaranya pendidikan formal, nonformal dan informal. SMA (Sekolah Menengah Atas) adalah salah satu pendidikan formal, tempat dimana individu memperoleh pendidikan melalui kegiatan belajar mengajar yang disampaikan oleh tenaga pendidik. Pendidikan formal bertujuan untuk mengembangkan kemampuan baik secara kognitif, afektif dan psikomotor.

Setiap harinya siswa tetap diberikan tugas oleh guru dengan *deadline* pengumpulan tugas yang berbeda. Guru memberikan tugas sekolah antara lain seperti tugas pekerjaan rumah (PR), tugas lembar kegiatan siswa (LKS) dan tugas kelompok. Dengan diberikannya tugas tersebut, siswa diharapkan dapat berprestasi serta mengerjakan tugas dengan baik. Tetapi sebaliknya siswa mengalami masalah terkait pengerjaan tugas akademik. Masalah tersebut seperti perasaan malas yang mendorong siswa untuk menunda tugas dan mengakibatkan tugas semakin menumpuk. Berbagai macam alasan melatarbelakangi perilaku prokrastinasi akademik salah satu diantaranya siswa kurang mampu mengontrol atau mengendalikan diri untuk tidak menunda tugas. Batasan waktu pengumpulan yang lama menimbulkan keinginan untuk mengerjakan tugas ketika batas waktu pengumpulan tugas sudah dekat.

Eerde (2000) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku yang terlibat untuk tidak melakukan, menyelesaikan dan menghindari pekerjaan atau tugas. Penundaan didefinisikan sebagai penghindaran implementasi niat. Ditandai dengan menghindari niat dan preferensi untuk berperilaku atau pemikiran tersebut mengalihkan perhatian dari kebencian niat. Ferrari., dkk, (1995) mengatakan bahwa individu yang melakukan penundaan adalah relevan yang berdasarkan sudut pandang pengaturan diri serta sering ditafsirkan sebagai kurangnya kontrol diri. Ferrari., dkk, (1995) mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor tersebut adalah evaluasi kecemasan, kesempurnaan (*perfeksionisme*), mengalami kesulitan saat membuat suatu keputusan. Ketergantungan sehingga mencari bantuan dalam pengerjaan tugas, tidak menyukai tugas tersebut, kurang percaya diri, malas, merasa kewalahan, buruknya manajemen waktu, pemberontakan melawan kontrol diri, mengambil resiko serta pengaruh dari teman sebaya atau yang biasa disebut dengan konformitas.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada ke-empat siswa mengatakan bahwa setidaknya siswa suka dan sering melakukan penundaan tugas. Prokratinasi akademik yang dilakukan oleh siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang yang dipengaruhi oleh kurangnya kontrol diri siswa terhadap tuntutan tugas akademik, konformitas atau ajakan dari teman-teman untuk melakukan penundaan tugas. Chaplin (1999) mengatakan bahwa kontrol diri merupakan suatu kemajuan untuk

mengarahkan atau membimbing perilaku diri sendiri. Kemampuan dalam menekankan impuls atau perilaku yang impulsif. Kross & Guevarra (2015) mengatakan kontrol diri yaitu kapasitas untuk mengubah pikiran individu serta perilaku untuk menyelaraskan dengan tujuan individu tersebut. Tangney., dkk, (2004) menyebutkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri, antara lain yaitu : Emosi moral adalah mendominasi emosi yang berpotensi relevan untuk mengendalikan diri. Rasa malu dan bersalah telah dikaitkan dengan hasil interpersonal dan pribadi. Fitur kepribadian terkait adalah secara teoritis terkait dengan kecenderungan untuk mengendalikan diri. Kapasitas untuk mengendalikan diri jelas merupakan suatu komponen penting dari berperilaku. Perfeksionisme adalah kecenderungan untuk berpegang teguh pada harapan yang tinggi dan tidak realistis standar. Individu yang memiliki perfeksionisme tinggi terkadang dapat mengerahkan kontrol diri yang cukup besar dalam mengerjakan kesempurnaan. Averill (1983) menyebutkan bahwa terdapat beberapa aspek yang mempengaruhi kontrol diri, adalah : Kontrol perilaku adalah suatu kontrol yang dilakukan untuk mengubah keadaan yang tidak menyenangkan dengan cara aksi langsung terhadap lingkungan sekitar. Kontrol kognitif adalah suatu kontrol untuk mengurangi ketidakpastian dan memaksakan makna dari individu. Kemampuan untuk mengolah informasi yang tidak dikehendaki atau diinginkan, bertujuan meminimalisir suatu tekanan. Kontrol keputusan adalah suatu kontrol untuk memiliki pilihan diantara kursus alternatif dalam tindakan. Artinya kemampuan seseorang dalam memilih serta menentukan pencapaian yang telah diimpikan.

Sears., dkk, (1985) mengatakan bahwa individu atau kelompok yang berusaha untuk menampilkan perilaku tertentu dikarenakan orang lain juga menampilkan suatu tingkah laku tersebut, disebut dengan konformitas. Santrock (2007) menjelaskan bahwa konformitas akan terjadi jika seseorang mengambil sikap atau perilaku orang lain dikarenakan ditekan oleh orang lain. Santrock (2007) mengatakan bahwa terdapat enam faktor yang mempengaruhi konformitas, antara lain meliputi : ukuran kelompok yaitu semakin besar ukuran kelompok, maka akan semakin besar konformitas yang akan dilakukan oleh individu. Keseragaman suara yaitu individu yang menyuarakan dari pandangan mereka sendiri akan mengubah pandangan mereka agar sejalan dengan mayoritas kelompok. Kohesif yaitu suatu perasaan yang kita miliki dengan tingkat dimana anggota dari suatu kelompok terikat satu dengan lain. Artinya semakin individu tertarik dengan kelompok, maka semakin besar konformitas yang akan dilakukan oleh individu. Status yaitu individu yang memiliki status lebih rendah akan mengikuti individu yang memiliki status yang lebih tinggi dikarenakan pengaruh yang lebih besar. Respon umum yaitu individu akan lebih mudah untuk mempertahankan respon yang dipercaya dalam ruang pribadi dan penuh privasi dibandingkan dihadapan kelompoknya. Komitmen sebelumnya yaitu individu yang telah memiliki komitmen sebelumnya, akan mudah untuk mengubah komitmen sebelumnya yang dikarenakan adanya tekanan sosial. Taylor., dkk, (2009) menyebutkan bahwa terdapat dua aspek yang mempengaruhi konformitas, yaitu : *Informational influence* (pengaruh informasi) adalah penyesuaian diri dengan orang lain. Dikarenakan perilaku orang lain memberikan suatu informasi yang berguna. *Normative influence* (pengaruh normatif) adalah seseorang yang menyesuaikan diri dengan lingkungan. Dikarenakan agar diterima serta diterima oleh orang lain.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel tergantung yaitu variabel prokrastinasi akademik dan variabel bebas yaitu variabel kontrol diri dan konformitas. Suryabrata (2003) mengatakan bahwa skala merupakan daftar pernyataan yang harus dijawab oleh subjek penelitian, melalui hasil jawaban itu peneliti menarik kesimpulan terkait subjek penelitian. Skala kontrol diri terdiri dari 18 aitem dengan skor reliabilitas sebesar 0,751, skala konformitas terdiri dari 8 aitem dengan skor reliabilitas sebesar 0,729, dan skala prokrastinasi akademik terdiri dari 24 aitem dengan skor reliabilitas sebesar 0,849. Teknik analisis data yang dipakai adalah teknik dalam bentuk kuantitatif dengan memakai perhitungan statistik melalui teknik korelasi regresi dua prediktor. Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa analisis regresi digunakan untuk meramalkan taraf perubahan nilai variabel dependen, jika nilai variabel independen diubah-ubah atau dinaik-turunkan. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dan SPSS Windows versi 23.0.

HASIL

Penelitian ini dilakukan dengan membagikan skala kesetiap kelas yang telah ditentukan sebelumnya yaitu X IPA 1 dan X IPS 2 di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z* dengan taraf signifikan 0,05 untuk uji normalitas. Suatu data yang memiliki distribusi normal jika taraf signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig	p	Ket.
Prokrastinasi Akademik	53,45	6,310	0,110	0,200	$\geq 0,05$	Normal
Kontrol Diri	55,28	5,543	0,116	0,139	$\geq 0,05$	Normal
Konformitas	15,49	3,355	0,142	0,019	$\geq 0,05$	Tidak normal

Berdasarkan hasil uji normalitas dari variabel prokrastinasi akademik diperoleh K-S Z = 0,110 dengan taraf signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data pada variabel prokrastinasi akademik memiliki distribusi normal. Hasil uji normalitas dari variabel kontrol diri diperoleh K-S Z = 0,116 dengan taraf signifikansi sebesar 0,139 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data pada variabel kontrol diri memiliki distribusi normal. Hasil uji normalitas dari variabel konformitas diperoleh K-S Z = 0,142 dengan taraf signifikansi sebesar 0,019 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data pada variabel konformitas memiliki distribusi tidak normal.

Berdasarkan uji linieritas menggunakan uji F antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik didapatkan hasil F_{linier} sebesar 6,073 dengan taraf signifikan $p = 0,018$ ($p < 0,05$). Hasil uji linieritas antara konformitas dengan prokrastinasi akademik diperoleh hasil F_{linier} sebesar 17,826 dengan taraf signifikan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan uji linieritas tersebut menunjukkan bahwa antara variabel kontrol diri, konformitas dan prokrastinasi akademik ada hubungan linier. Berdasarkan hasil penelitian terdapat hasil uji multikolinieritas yaitu nilai *tolerance* sebesar 0,786 ($> 0,5$)

dengan *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 1,272 (< 10) dapat disimpulkan bahwa hasil tersebut lebih kecil dari 10, sehingga tidak mengalami multikolinieritas pada variabel bebas model regresi.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang diperoleh hasil korelasi ganda adalah $R = 0,544$, $F_{hitung} = 9.255$ dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$), artinya ada hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Hal ini berarti bahwa hipotesis pertama diterima. Uji hipotesis kedua menggunakan uji korelasi parsial yang telah dilakukan antara variabel kontrol diri dengan prokrastinasi akademik maka diperoleh hasil koefisien korelasi $r_{x1y} = -0,131$ dengan signifikansi 0,384 ($p > 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan tidak ada hubungan antara kontrol diri dan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti bahwa hipotesis kedua ditolak. Hipotesis ketiga dalam penelitian ini yang telah dilakukan antara variabel konformitas dengan prokrastinasi akademik maka diperoleh hasil koefisien korelasi $r_{x2y} = 0,448$ dengan signifikansi 0,002 ($p < 0,01$). Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa ada hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti bahwa hipotesis ketiga diterima. Sumbangan efektif sebesar 29,6% terhadap prokrastinasi akademik sedangkan 70,4% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari uji hipotesis yang pertama dengan menggunakan analisis regresi adalah ada hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang yang telah dilakukan dengan skor sebesar $R = 0,544$ dan $F = 9,255$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Hal tersebut dapat disimpulkan hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah diterima.

Eerde (2000) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku yang terlibat untuk tidak melakukan, menyelesaikan dan menghindari pekerjaan atau tugas. Penundaan didefinisikan sebagai penghindaran implementasi niat. Ditandai dengan menghindari niat dan preferensi untuk berperilaku atau pemikiran tersebut mengalihkan perhatian dari kebencian niat. Ferrari., dkk, (1995) mengatakan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Faktor tersebut adalah evaluasi kecemasan, kesempurnaan (*perfeksionisme*), mengalami kesulitan saat membuat suatu keputusan, ketergantungan sehingga mencari bantuan dalam pengerjaan tugas, tidak menyukai tugas tersebut, kurang percaya diri, malas, merasa kewalahan, buruknya manajemen waktu, pemberontakan melawan kontrol diri, mengambil resiko serta pengaruh dari teman sebaya atau yang biasa disebut dengan konformitas. Hal tersebut menunjukkan bahwa kontrol diri dan konformitas adalah faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa.

Uji korelasi partial pada hipotesis kedua bertujuan untuk menguji ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Uji ini diperoleh hasil dengan nilai $r_{x1y} = -0,131$ dengan taraf signifikansi 0,384 ($p > 0,01$). Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada

hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua adalah ditolak.

Suatu hipotesis tidak diterima dapat disebabkan oleh beberapa hal antara lain teori dan hipotesis yang kurang mendalam, metodologi yang tidak tepat atau tidak benar, pengukuran yang tidak memenuhi syarat dan analisis yang salah atau kurang tepat. Suatu hipotesis tidak terbukti dapat dikatakan bahwa nilai yang terdapat pada hipotesis diragukan (Kerlinger, 1993). Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa hipotesis tidak diterima dikarenakan teori yang digunakan kurang mendalam mengenai prokrastinasi akademik sehingga diperoleh hasil yang kurang memuaskan. Hipotesis tidak diterima memberi kesimpulan bahwa teori yang digunakan untuk merumuskan hipotesis kurang mendalam (Nasution, 2001). Widhiarso (2011) mengatakan bahwa jika ukuran sampel kecil maka hasil uji statistik tidak menemukan hubungan yang signifikan. Tetapi jika ukuran sampel kita besar maka uji statistik akan menemukan hubungan yang signifikan. Hal ini dikarenakan semakin besar ukuran sampel yang digunakan maka semakin kecil nilai kritis yang dipakai acuan. Dalam penelitian ini hipotesis tidak diterima dikarenakan subjek yang digunakan terlalu sedikit sehingga memperoleh hasil yang kurang memuaskan.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Hasanah (2017) yang berjudul Hubungan antara motivasi belajar dan kontrol diri dengan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa program studi ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan ilmu politik Universitas Mulawarman yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa program studi ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan ilmu politik Universitas Mulawarman. Chaplin (1999) mengatakan kontrol diri yaitu suatu kemajuan dalam mengarahkan perilaku diri sendiri. Kemampuan dalam menekankan impuls ataupun tingkah laku impulsif. Tangney., dkk, (2004) menyebutkan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri, antara lain yaitu : Emosi moral adalah mendominasi emosi yang berpotensi relevan untuk mengendalikan diri. Rasa malu dan bersalah telah dikaitkan dengan hasil interpersonal dan pribadi. Fitur kepribadian terkait adalah secara teoritis terkait dengan kecenderungan untuk mengendalikan diri. Kapasitas untuk mengendalikan diri jelas merupakan suatu komponen penting dari berperilaku. Perfeksionisme adalah kecenderungan untuk berpegang teguh pada harapan yang tinggi dan tidak realistis standar. Individu yang memiliki perfeksionisme tinggi terkadang dapat mengerahkan kontrol diri yang cukup besar dalam mengerjakan kesempurnaan.

Uji korelasi partial hipotesis ketiga yang telah dilakukan bertujuan untuk menguji hubungan positif antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Uji ini diperoleh hasil dengan nilai $r_{xy} = 0,448$ dengan taraf signifikansi 0,002 ($p < 0,01$). Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis ketiga adalah diterima.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Azzahra (2019) yang berjudul Hubungan antara konformitas dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 2 Samarinda. Menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konformitas dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada

siswa SMA Negeri 2 Samarinda. Konformitas (*conformity*) adalah suatu kecenderungan dalam mendapatkan satu perilaku individu yang dikuasai oleh sikap serta pendapat yang berlaku (Chaplin, 1999). Santrock (2007) mengatakan bahwa terdapat enam faktor yang mempengaruhi konformitas, antara lain meliputi : ukuran kelompok yaitu semakin besar ukuran suatu kelompok, maka akan semakin besar konformitas yang akan dilakukan oleh individu. Keseragaman suara yaitu individu yang menyuarakan dari pandangan mereka sendiri akan mengubah pandangan mereka agar sejalan dengan mayoritas kelompok. Kohesif yaitu suatu perasaan yang kita miliki dengan tingkat dimana anggota dari suatu kelompok terikat satu dengan lain. Artinya semakin individu tertarik dengan kelompok, maka semakin besar konformitas yang akan dilakukan oleh individu. Status yaitu individu yang memiliki status lebih rendah akan mengikuti individu yang memiliki status yang lebih tinggi dikarenakan pengaruh yang lebih besar. Respon umum yaitu individu akan lebih mudah untuk mempertahankan respon yang dipercaya dalam ruang pribadi dan penuh privasi dibandingkan dihadapan kelompoknya. Komitmen sebelumnya yaitu individu yang telah memiliki komitmen sebelumnya, akan mudah untuk mengubah komitmen sebelumnya yang dikarenakan adanya tekanan sosial.

Adapun besar pengaruh dari kontrol diri dan konformitas dalam penelitian ini dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 29,6% yang dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,296. Keseluruhan sumbangan efektif berasal dari kontrol diri dan konformitas. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat 70,4% faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik akan tetapi tidak diungkap didalam penelitian ini misal kecemasan dan kemalasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa penelitian ini ada peran yang signifikan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Penelitian ini menunjukkan tidak ada peran negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Sementara itu pada pengujian selanjutnya menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Kota Semarang. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama dan hipotesis ketiga dalam penelitian ini terbukti dan untuk hipotesis kedua dalam penelitian ini tidak terbukti.

Berdasarkan dari kesimpulan tersebut, maka peneliti ingin memberikan saran kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan variabel-variabel lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik antara lain kecemasan, kemalasan, *self esteem* dan *self efficacy* atau bahkan menemukan variabel yang baru.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada-MU Ya Allah telah membantu hamba didalam pengerjaan skripsi ini. Saya persembahkan karya ini terutama kepada kedua orang tua saya Mama-Bapak karena berkat doa, dukungan semangatnya dan materiil yang tiada hentinya sehingga saya dapat menyelesaikan karya ini. Teruntuk keluargaku, adikku, saudara-saudaraku, sahabatku dan teman-temanku yang senantiasa memberikan doa, dukungan dan semangatnya selama saya menyelesaikan karya ini.

Teruntuk dosen pembimbing bapak Abdurrohim S.Psi, M.Si yang meluangkan waktu dan selalu sabar membimbing dan mengarahkan saya sepanjang penyelesaian karya ini. Teruntuk Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang menjadi tempat saya untuk mencari ilmu. Teruntuk kak Fachrur Roza dan kak Eka Yustrikarini Alriayulfa Rosidaningrum, terimakasih telah diijinkan untuk mengadaptasi skalanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A., & Rachmawati. (2018). Hubungan soft skills dengan prokrastinasi pada mahasiswa. *Psikovidya*, (22)1, 67-85.
- Averill, J. R. (1983). *Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress*. America: ISI.
- Azzahra, A. (2019). Hubungan antara konformitas dan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri 2 Samarinda. *Psikoborneo*, (7)1, 1-15.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). *The strength model of self-control*. America: Current Direction in Psychological Science.
- Chaplin, J. (1999). *Kamus lengkap psikologi*. (Kartini-Kartono, Trans.) Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Eerde, W. V. (2000). *Procrastination: self-regulation in initiating aversive goals*. America: Blackwell.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance theory, research and treatment*. New York: Plenum Press.
- Hasanah, A. N. (2017). Hubungan antara motivasi belajar dan kontrol diri dengan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa program studi ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan ilmu politik Universitas Mulawarman. *Psikoborneo*, (5)3, 477-491.
- Kerlinger, F. N. (1993). *Asas - asas penelitian behavioral edisi ketiga*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Kross, E., & Guevarra, D. A. (2015). *Self control - psychology*. Britania: Oxford.
- Nasution, S. (2001). *Metode research (penelitian ilmiah)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja edisi 11 jilid 2*. (B. Widyasinta, Trans.) Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sears, D. O., Freedman, J. L., & Peplau, L. A. (1985). *Psikologi sosial edisi kelima jilid 2*. Jakarta: Erangga.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2003). *Metodologi penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). *High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success*. America: Blackwell.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial (edisi ke duabelas)*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Widhiarso, W. (2011, Juni 7). Hasil uji statistik tidak signifikan, mengapa ? <http://wahyupsy.blog.ugm.ac.id/2011/06/07/hasil-uji-statistik-tidak-signifikan-mengapa/>, p. 3.