

PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting dalam perkembangan dan aktualisasi individu secara pribadi. Berbagai program pendidikan sudah dirancang sedemikian rupa untuk mencapai cita-cita bangsa Indonesia agar menjadi Generasi Emas Indonesia 2045. Karakter Generasi Emas 2045 yang diharapkan adalah dimensi sikap positif, pola pikir esensial, komitmen normatif, dan kompetensi abilitas yang berlandaskan kecerdasan komprehensif (Manulang, 2013).

Usaha untuk menumbuhkan karakter tersebut dilakukan dalam segala bidang khususnya dalam bidang pendidikan (Manulang, 2013). Beberapa kendala yang cukup besar pada bidang pendidikan saat ini khususnya, berhubungan dengan pengerjaan tugas siswa. Tugas pada umumnya diberikan oleh guru agar siswa dapat mengalami kegiatan belajar di luar kegiatan belajar di sekolah. Dengan diberikannya tugas, siswa mendapatkan pengalaman belajar mandiri untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa yang diharapkan dapat melahirkan suatu komitmen tugas. Namun yang terjadi saat ini, siswa seringkali menunda-nunda untuk memulai mengerjakan tugas atau menunda untuk menyelesaikannya, yang dikenal dengan nama prokrastinasi.

Prokrastinasi berarti menunda melakukan suatu tugas. Terlepas dari kenyataan bahwa prokrastinasi terjadi dalam semua jenis tugas sehari-hari (Alexander & Onwuegbuzie, 2007), prokrastinasi akademik sangat sering terjadi pada siswa dan dianggap menghambat kemajuan akademik dan kesuksesan belajar. Adanya kecenderungan untuk tidak segera mengerjakan tugas merupakan

suatu indikasi dari perilaku prokrastinasi, sedangkan kelalaian dalam mengatur waktu merupakan faktor penting yang menyebabkan individu menunda dalam melakukan dan menyelesaikan tugas (Rumiani, 2006).

Menurut Schraw, Wadkins & Olafson (2007), salah satu pemicu munculnya perilaku prokrastinasi adalah adanya pemikiran yang terdapat pada diri individu seperti “masih ada waktu panjang untuk mengerjakan tugas”, selain itu adanya keinginan untuk memperoleh kesenangan sesaat juga menjadi penyebab munculnya perilaku prokrastinasi misalnya memilih main *game*, nonton atau nongkrong tanpa ada batas waktu, daripada belajar sesuai dengan jadwal yang telah dibuat.

Seseorang yang mengalami masalah prokrastinasi akademik kronis cenderung mengembangkan beberapa alasan untuk menolak dirinya sendiri dan orang lain bahwa seseorang tersebut mengalami prokrastinasi (Dryden, 2012). Selain itu, keengganan siswa dalam mengerjakan tugas akademik (Lucy & Anderson, 2002) dan motivasi intrinsik dan ekstrinsik (Brownlow & Reasinger, 2000) juga memberikan pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Terdapat beberapa penelitian tentang prokrastinasi akademik yang sudah pernah dilakukan sebelumnya. Sekitar 25-75% pelajar memiliki masalah prokrastinasi akademik (Ferrari, Keane, Wolfe & Beck, 1998). Penelitian di salah satu Sekolah Menengah Atas Kota Tangerang menunjukkan bahwa 43,70%

memiliki tingkat prokrastinasi tinggi dan 56,30% lainnya memiliki prokrastinasi akademik rendah (Utaminingsih & Setyabudi, 2012).

Ferrari, O'Callaghan & Newbegin (2005) menemukan bahwa 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kartadinata & Tjundjing (2008) di salah satu perguruan tinggi di Surabaya menemukan sebanyak 95% subjek pernah melakukan prokrastinasi. Alasan terbesar yang membuat mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi adalah rasa malas mengerjakan tugas (42%) dan banyak tugas lain yang harus dilakukan (25%).

Peneliti melakukan survei awal pada 7 Maret 2017 dengan memberikan kuesioner kepada 121 siswa SMAN di Bangka Belitung dan ditemukan bahwa sebanyak 50,41% siswa tidak langsung mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan alasan lebih mengutamakan kegiatan yang lain dan lebih memilih mengerjakan tugas yang lain. Selain itu sebanyak 95,86% siswa pernah mengerjakan tugas sesaat sebelum dikumpulkan dengan alasan tidak mengerti bagaimana cara mengerjakan tugas dan lupa mengerjakan tugas.

Prokrastinasi akademik jika tidak diatasi akan berdampak negatif bagi siswa. Prokrastinasi berakibat pada banyaknya waktu yang terbuang sia-sia, tugas-tugas menjadi terbengkalai dan bila diselesaikan hasilnya menjadi tidak maksimal (Ferrari, 1991). Prokrastinasi akademik juga berdampak negatif terhadap kegiatan akademik siswa. Siswa yang melakukan prokrastinasi akademik memiliki

kecenderungan mendapat nilai rendah pada setiap mata pelajaran dan nilai ujian akhir (Steel, Brothen, & Wambach, 2001).

Seo (2008) mendefinisikan prokrastinasi sebagai perilaku penundaan yang terpola menetap dalam menyelesaikan tugas dengan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan tidak begitu penting sehingga kinerja terhambat, yang pada akhirnya menyebabkan hasil tidak maksimal. Selain itu Steel (2007) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam bidang akademik yang sengaja dilakukan berulang-ulang, meskipun individu yang bersangkutan mengetahui bahwa penundaan yang dilakukan menghasilkan dampak yang buruk. Popoola (2005) menyatakan bahwa prokrastinator tahu apa yang harus lakukan, ingin lakukan, mampu lakukan, mencoba untuk lakukan, namun tidak melakukan pada akhirnya

Ferrari & Tince (2000) membagi tujuan melakukan prokrastinasi menjadi dua jenis yaitu : 1) *functional procrastination* yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat; 2) *dysfunctional procrastination* yaitu penundaan mengerjakan tugas tidak bertujuan, berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Prokrastinator sering melakukan penundaan dan menggantinya dengan melakukan hal-hal bersifat santai untuk menghilangkan rasa tidak menyenangkan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik ada dua macam yaitu: 1) faktor internal merupakan faktor yang terdapat didalam diri individu yang meliputi asertifitas, motivasi, efikasi diri, ketidaknyamanan terhadap tugas,

kontrol diri, dan minat; 2) faktor eksternal yaitu faktor yang terdapat diluar diri individu yang meliputi dukungan keluarga, lingkungan sosial, dan teman sebaya (Burka & Yuen, 2008; Ferrari & Tice, 2000; Rachmahana, 2001; Solomon & Rothblum, 2000).

Aspek-aspek prokrastinasi akademik antara lain; 1) *Perceived time*. Individu fokus pada masa sekarang tanpa mempertimbangkan masa yang akan datang sehingga gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas; 2) *Intention-action gap* yaitu kesenjangan antara rencana dan kinerja. Hal ini terwujud dalam kegagalan individu dalam mengerjakan tugas. Namun ketika waktu tenggat semakin dekat, celah antara rencana dan kinerja semakin kecil. Individu yang awalnya menunda tugas, dapat mengerjakan lebih dari yang ditargetkan; 3) *Emotional distress* (rasa tertekan saat menunda tugas). Saat melakukan prokrastinasi, individu merasa tidak nyaman. Konsekuensi negatif dari prokrastinasi memicu perasaan tidak menyenangkan dan tertekan (depresi); 4) *Perceived ability* (persepsi terhadap kemampuan). Individu merasa ragu dengan kemampuannya sehingga takut gagal dan menghindari tugas (Knaus, 2002; Suriyah & Tjundjing, 2007).

Penelitian mengenai prokrastinasi akademik telah banyak diteliti dan beragam jenisnya. Prokrastinasi akademik berkorelasi negatif dengan beberapa variabel yaitu kontrol diri (Biantaraningtyas, 2015; Muhid, 2009), efikasi diri (Muhid, 2009; Afriyeni & Murjito, 2014), asertivitas (Verdiawati, 2012), dan motivasi belajar (Nitami, Daharnis & Yusri, 2015) serta berkorelasi positif dengan variabel konformitas (Avico & Mujidin, 2014), kecemasan (Onwuegbuzie, 2004)

dan perfeksionis (Jadidi, Mohammadkhani & Tajrishi, 2011). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Daftar Penelitian Prokrastinasi Akademik

No.	Nama Peneliti	Subjek	Hasil Penelitian
1.	Onwuegbuzie (2004)	135 mahasiswa	Sebanyak 80% subjek melakukan prokrastinasi karena merasa cemas. Prokrastinasi timbul karena adanya rasa takut gagal, malu untuk meminta bantuan, konsep diri yang rendah dan tidak suka dengan tugas yang diberikan.
2.	Muhid (2009)	245 mahasiswa	Individu yang memiliki efikasi diri yang baik dan mampu mengontrol dirinya dengan baik maka prokrastinasinya akan rendah.
3.	Jadidi, Mohammadkhani & Tajrishi (2011)	200 siswa	Individu yang memiliki skor perfeksionis yang tinggi maka prokrastinasinya akan tinggi.
4.	Verdiawati (2012)	48 siswa SMP	Ada hubungan negatif yang signifikan antara asertivitas dengan prokrastinasi akademik ($r = -0,786$).
5.	Afriyeni & Murjito (2014)	66 siswa SMA	Ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik ($r = -0,574$)
6.	Avico & Mujidin (2014)	110 mahasiswa	Ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik ($r = 0,564$)
7.	Biantaraningtyas (2015)	95 siswa SMA	Ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik ($r = -0,755$).
8.	Nitami, Daharnis & Yusri (2015)	233 siswa SMP	Individu yang memiliki motivasi belajar yang tinggi maka prokrastinasinya akan rendah ($r = -0,636$).
9.	Lowinger, Kuo, Song, Mahadevan, Kim, Liao, Chang, Kwon & Han (2016)	255 mahasiswa	<i>Collective coping style</i> , <i>avoidant coping style</i> , efikasi diri, dan kemampuan berbahasa Inggris adalah prediktor signifikan dari prokrastinasi akademik.

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa penelitian-penelitian tersebut meninjau masalah prokrastinasi akademik dengan subjek yang relatif masih remaja hingga dewasa awal (mahasiswa) serta alat ukur yang digunakan menggunakan skala. Variabel efikasi diri dan kontrol diri sering digunakan dalam penelitian yang membahas prokrastinasi akademik, tapi variabel konformitas teman sebaya jarang digunakan dalam penelitian sebelumnya. Padahal menurut peneliti faktor konformitas teman sebaya berperan pada prokrastinasi akademik, seperti yang dikemukakan oleh Istiyanti (2014) yaitu semakin individu konform dengan teman sebaya maka tingkat prokrastinasi akademiknya tinggi. Oleh karena itu, peneliti memilih tiga variabel yaitu efikasi diri, kontrol diri, dan konformitas teman sebaya dalam penelitian ini. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada skala yang digunakan yaitu berupa skala *vignette* yang meminimalkan kecenderungan untuk memberikan jawaban yang baik menurut ungkapan sosial (Finch, 1987) dan analisis data yang digunakan dengan metode *Structural Equation Modeling (SEM)* yang memungkinkan untuk menguji variabel secara komprehensif. Selain itu adanya perbedaan letak geografis dan budaya memungkinkan adanya perbedaan pola pikir, emosi dan lingkungan sehingga akan berpengaruh pada hasil penelitian.

Salah satu variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kontrol diri. Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan

perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawati, 2010). Tangney, Baumeister & Boone (2004) menyatakan bahwa kontrol diri membuat seseorang menahan suatu respon yang dianggap negatif dan mengarahkannya kepada respon lain yang lebih baik dalam segi *self discipline, deliberate/non impulsive, healthy habits, work ethic*, dan *reliability*.

Menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2010) terdapat 3 aspek dalam kontrol diri yaitu : pertama, kontrol perilaku (*behavior control*) yaitu kemampuan individu dalam mengontrol perilakunya, apabila tidak dikontrol maka akan menimbulkan perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu a) mengatur pelaksanaan (*regulated administrion*) merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu yang ada diluar dirinya dan b) kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*) merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

Kedua, kontrol kognitif (*cognitive control*) yaitu kemampuan individu dalam menilai, menginterpretasi dan menghubungkan suatu informasi sehingga mampu meminimalisir terjadinya tekanan atau perilaku yang menyimpang. Aspek ini terdiri dari dua komponen yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu mampu mengantisipasi keadaan tersebut dengan

berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

Ketiga, kontrol dalam mengambil keputusan (*decision control*) yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu hal yang diyakini atau disetujui. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Dari beberapa penelitian diketahui bahwa prokrastinasi memiliki korelasi yang signifikan dengan kontrol diri (Muhid, 2009; Ghufro, 2003). Hasil penelitian Steel (2007) menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berkorelasi negatif dengan kontrol diri ($r = -0,58$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Endrianto (2014) yang menemukan bahwa ada hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik. Artinya semakin baik individu mengontrol dirinya maka prokrastinasi akan semakin rendah, sebaliknya individu yang memiliki kontrol diri yang rendah maka prokrastinasi semakin tinggi. Individu sulit melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan sesuatu dengan sangat berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas.

Variabel kedua yang digunakan dalam penelitian ini adalah efikasi diri. Santrock (2007) mengemukakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu dalam hal memperkirakan kemampuan dirinya yang

berguna untuk menentukan pilihan, mengatasi masalah, dan gigih dalam berusaha mengerjakan suatu tugas. Efikasi diri merupakan evaluasi kognitif tentang kemampuan individu dimasa mendatang untuk mengorganisasikan dan memilih tindakan yang dibutuhkan untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan (Baron & Byrney, 2005).

Klassen, Krawchuk & Rajani (2008) menyatakan bahwa efikasi diri mempunyai peran dalam menumbuhkan keyakinan terhadap kompetensi yang dimiliki oleh individu untuk menghadapi tugas akademik. Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri menurut Bandura (Santrock, 2007) yaitu : 1) Sifat tugas yang dihadapi. Situasi-situasi atau jenis tugas tertentu menuntut kinerja lebih sulit dan berat daripada tugas dan situasi yang lain; 2) Intensif eksternal. Intensif berupa hadiah (*reward*) yang diberikan oleh orang lain untuk merefleksikan keberhasilan seseorang dalam menguasai dan melaksanakan suatu tugas (*competence contigen insentif*) misalnya pemberian pujian; 3) Status atau peran individu dalam lingkungan. Derajat status sosial seseorang mempengaruhi penghargaan dari orang lain dan rasa percaya dirinya; dan 4) Informasi tentang kemampuan dirinya. Efikasi diri seseorang akan meningkat atau menurun jika ia mendapatkan informasi yang positif atau negatif tentang dirinya.

Bandura & Locke (2003) mengemukakan beberapa aspek efikasi diri yaitu:

- 1) *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas) yaitu keyakinan individu akan kemampuannya dalam menghadapi tugas yang sulit. Pengharapan efikasi tertuju pada yang mudah, sedang, atau sulit sesuai batas kemampuan untuk memenuhi tuntutan tindakan yang dibutuhkan pada tiap tingkat kesulitan tugas. Individu

mencoba perilaku yang mampu dilakukan dan menghindari situasi yang dirasa melampaui batas kemampuan; 2) *Generality* (generalitas) yaitu keyakinan individu terhadap luas bidang tugas yang mampu dicapai. Penguasaan meliputi bidang tugas khusus, ataupun menyebar pada berbagai bidang. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi merasa mampu bertindak dalam situasi apapun. Individu dengan efikasi rendah merasa dirinya hanya memiliki kemampuan untuk bertindak pada situasi terbatas; 3) *Strenght* (kekuatan keyakinan) berkaitan dengan pengalaman masa lalu dan keteguhan hati individu bahwa ia akan berhasil dalam menghadapi suatu permasalahan. Individu dengan efikasi diri yang rendah akan mudah menyerah pada pengalaman ketidakberhasilan, sementara individu dengan efikasi diri yang kuat tetap berusaha meski pernah menemui pengalaman yang menghambat.

Penelitian yang meneliti keterkaitan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik antara lain (Julianda, 2012; Rohmatun & Taufik, 2013; Chow, 2011; Klasen, Krawchuk & Rajani, 2008; Sirin, 2011; Sirois, 2004), hasil penelitian menunjukkan hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dan efikasi diri yaitu semakin tinggi efikasi diri maka prokrastinasi akademik akan semakin rendah, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka prokrastinasi akademik semakin tinggi.

Selain kontrol diri dan efikasi diri yang merupakan faktor internal, prokrastinasi akademik juga dipengaruhi oleh teman sebaya. Baron & Byrne (2005) mengatakan bahwa konformitas teman sebaya merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu agar bersikap sesuai dengan norma-norma didalam

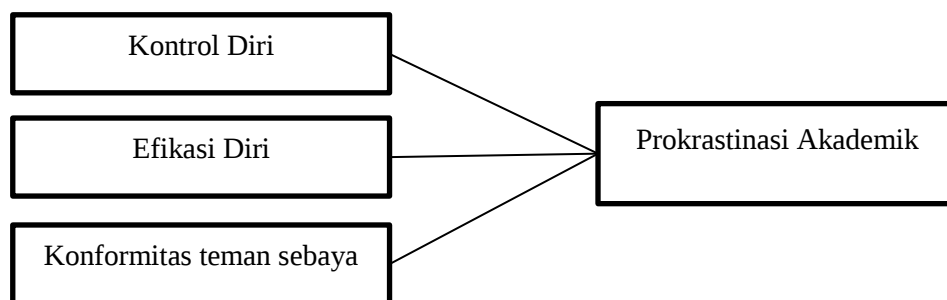
kelompoknya supaya diterima sebagai anggota kelompok dan menghindari ketidaksamaan meskipun terkadang hal itu dilakukan individu karena adanya desakan teman sebaya.

Menurut Baron & Byrne (2005) konformitas dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni: 1) Kohesivitas yaitu tingkat ketertarikan individu terhadap suatu kelompok; 2) Ukuran kelompok. Semakin banyak anggota didalam kelompok maka akan bertambah kuat seseorang untuk melakukan konformitas; 3) Norma sosial deskriptif; dan 4) norma sosial injungktif. Adapun motif yang mendasari seseorang untuk melakukan konformitas adalah sebagai berikut; 1) pengaruh sosial normatif yaitu pengaruh sosial yang meliputi perubahan perilaku agar memenuhi harapan orang lain; 2) pengaruh sosial informasional yaitu kecenderungan untuk bergantung pada orang lain sebagai sumber informasi mengenai informasi dunia sosial; 3) konsekuensi kognitif dari mengikuti kelompok adalah mengubah persepsi pada situasi tertentu sehingga mengikuti persepsi kelompok dan menganggap bahwa dirinya salah dan anggota kelompok lain yang benar.

Aspek-aspek konformitas menurut Baron & Byrne (2005) yaitu: 1) aspek normatif yang mengungkapkan adanya perbedaan persepsi, keyakinan maupun tindakan individu sebagai akibat dari pemenuhan penghargaan positif kelompok agar memperoleh persetujuan, disukai serta terhindar dari penolakan; 2) aspek informatif yang mengungkapkan adanya perubahan atau penyesuaian persepsi, keyakinan maupun perilaku individu sebagai akibat adanya kepercayaan tentang informasi yang dianggap bermanfaat yang berasal dari kelompok.

Sears, Freeman & Peplau (2002) mengemukakan aspek konformitas yaitu 1) Kekompakan. Kekompakan yang dimiliki kelompok menjadi kekuatan yang dapat menarik individu untuk menjadi anggota. Individu yang menyesuaikan diri dengan aturan kelompok agar merasa nyaman dan berharap memperoleh manfaat dari keanggotannya; 2) Kesepakatan. Keputusan kelompok memiliki tekanan yang kuat sehingga individu minoritas harus menyesuaikan pendapatnya dengan kelompok. Ketergantungan terhadap kelompok sebagai sebuah kesepakatan dapat berkurang bila individu tidak percaya terhadap kelompok sehingga dibutuhkan loyalitas dan rasa saling percaya antar anggota; 3) Ketaatan. Tekanan kelompok membuat individu taat sehingga rela melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan keinginannya. Individu mempertimbangkan ganjaran dan hukuman yang digunakan kelompok untuk menekan anggotanya.

Hasil penelitian Avico & Mujidin (2014) menemukan ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik ($r = 0,564$). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Istiyanti (2010) mengenai konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi yang menemukan bahwa ada hubungan yang positif yang signifikan. Hal ini berarti, semakin individu konform dengan teman sebaya maka tingkat prokrastinasi akademiknya tinggi.



Gambar 1. Kerangka Penelitian

Berdasarkan uraian diatas diketahui bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku yang dipengaruhi oleh kontrol diri, efikasi diri dan konformitas teman sebaya (lihat Gambar 1).

Prokrastinasi akademik merupakan suatu fenomena yang kompleks yang berkaitan dengan komponen pikiran, perasaan, dan perilaku (Popoola, 2005). Siswa salah mempersepsikan tugas sekolah sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan. Selain itu tugas sekolah dianggap sebagai tugas yang sulit dan membutuhkan usaha keras dan waktu yang lama. Pemikiran seperti ini cenderung membuat siswa melakukan prokrastinasi akademik. Wilson & Nguyen (2012) mengatakan bahwa prokrastinasi disebabkan oleh tugas yang dihadapi siswa cenderung sulit, perhatian siswa yang mudah teralihkan dan kurangnya kontrol diri dalam mengelola waktu. Selain itu, Solomon dan Rothblum (2000) juga mengemukakan bahwa prokrastinasi dilakukan seseorang karena kecemasan, perfeksionis, susah mengambil keputusan, ketergantungan dan selalu membutuhkan bantuan, keputusan diri yang rendah, malas, asertivitas, ketakutan untuk sukses, susah mengatur waktu, kurang adanya kontrol, adanya resiko yang

diakibatkan dan pengaruh dari teman. Hasil penelitian Yong (2010) menunjukkan bahwa prokrastinasi di pengaruhi oleh keragu-raguan, tingkat percaya diri yang rendah, *task aversiveness*, rasa malas, manajemen waktu, perfeksionis dan asertivitas.

Sebagai seorang siswa yang memiliki kewajiban untuk belajar, jika siswa tersebut memiliki kontrol diri yang baik akan mampu untuk memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku sehingga dapat menghindari prokrastinasi. Sebaliknya jika siswa memiliki kontrol diri yang rendah, siswa akan cenderung melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan dirinya, seperti jalan-jalan, menonton televisi dan sebagainya sehingga cenderung mengabaikan tugas-tugas akademiknya (Gufon, 2014).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ghufon (2003) yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh kontrol diri seseorang. Sebagai seorang pelajar maka kontrol diri yang tinggi akan mampu mengarahkan siswa untuk bertindak dengan positif dan menghindari perilaku prokrastinasi. Sejalan dengan penelitian Green (1982) bahwa keadaan yang merugikan belajar dikarenakan sedikit siswa yang menggunakan kontrol diri sebagai strategi mengelola lingkungan belajar dan mereduksi secara simultan prokrastinasi akademiknya. Dengan demikian, siswa yang memiliki kontrol diri efektif dalam meningkatkan ketepatan waktu dalam mengerjakan tugas, hadir di sekolah, dan mereduksi kelambanan, menunda-nunda tugas maupun belajar.

Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan cenderung menerima tantangan tugas, mencurahkan usaha yang tinggi ketika berhadapan dengan tugas yang menantang, tetap gigih ketika tujuan tidak tercapai, yakin akan sukses, mampu mengontrol stress dan kecemasan ketika tujuan tidak tercapai, yakin bahwa individu mampu mengontrol lingkungan, menghilangkan strategi yang tidak perlu dan menunjukkan kinerja yang tinggi (Eggen & Kauchak, 2010).

Berbeda halnya dengan individu yang memiliki efikasi diri yang rendah, individu akan cenderung kurang gigih dalam mencari jalan keluar terhadap kesulitan saat mengerjakan tugas. Individu dengan efikasi diri yang rendah lebih suka menghindari tugas yang sulit dan mudah menyerah. Hal ini menandakan bahwa efikasi diri yang rendah akan memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik terhadap tugas yang dihadapi (Kandemir, 2014). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Klassen & Kuzucu (2009) yang menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh yang kuat bagi kemunculan prokrastinasi akademik seseorang.

Bandura & Locke (2003) juga menjelaskan bahwa individu dengan efikasi diri yang rendah memandang buruknya prestasi sebagai akibat dari kelemahan kecerdasan. Pandangan yang pesimis ini membuat individu dengan efikasi diri yang rendah semakin kehilangan kepercayaan terhadap kapasitas dirinya, sehingga kesulitan dalam menyelesaikan tugas dan cenderung menghindari atau menunda menyelesaikan tugas yang diberikan.

Teman sebaya juga berpengaruh terhadap terbentuknya prokrastinasi. Bateman (2003) menyatakan bahwa menginjak masa remaja hingga dewasa awal pengaruh orang tua akan berkurang dan digantikan dengan bertambahnya pengaruh teman sebaya. Teman sebaya secara signifikan berhubungan dengan pola perilaku dan interaksi individu. Menurut Hurlock (2008), konformitas terhadap teman sebaya terjadi karena adanya keinginan untuk diterima kelompok sosial. Semakin tinggi keinginan individu untuk diterima secara sosial maka semakin tinggi pula tingkat konformitasnya.

Keinginan siswa yang ingin diterima oleh kelompoknya akan membuat siswa melakukan apa saja dan dapat membuat siswa bersikap konformitas agar diterima oleh kelompoknya. Bila siswa sudah terikat dalam suatu kelompok pertemanan, biasanya siswa akan selalu mengikuti apa yang diinginkan dalam kelompok tersebut (Santrock, 2007).

Kontrol diri dan efikasi diri yang tinggi serta konformitas teman sebaya yang rendah diharapkan akan dapat mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa. Adapun perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah kontrol diri, efikasi diri dan konformitas teman sebaya mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa? Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan secara empiris kontrol diri, efikasi diri dan konformitas teman sebaya dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa.

Dengan demikian, hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah kontrol diri, efikasi diri dan konformitas teman sebaya mempengaruhi prokrastinasi akademik

pada siswa. Adapun hipotesis minor dalam penelitian ini yaitu; 1) ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik; 2) ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik; dan 3) ada hubungan positif antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik.