

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konformitas

1. Pengertian Konformitas

Konformitas adalah kecenderungan seseorang memilih untuk mengikuti pendapat kelompok untuk menghindari penyimpangan.¹ Wiggins Zaden mendefinisikan konformitas sebagai penyesuaian perilaku terhadap norma-norma atau standar-standar yang ditentukan orang lain. Morgan, King, dan Robinson mendefinisikan konformitas sebagai kecenderungan individu untuk mengubah pandangan atau perilaku agar sesuai dengan norma sosial.² Dari kedua definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa konformitas adalah perilaku atau pandangan yang diubah individu agar sesuai dengan perilaku atau pandangan kelompoknya. Konformitas terjadi karena pengaruh-pengaruh dari lingkungan sosial. Pada dasarnya individu melakukan konformitas karena individu ingin diterima secara sosial dan menghindari celaan dari lingkungan.

Konformitas menurut teori Taylor adalah tindakan sukarela yang dilakukan individu karena orang lain juga melakukannya.³ Konformitas adalah kecenderungan untuk mengubah keyakinan atau perilaku seseorang

¹ Laura Irma Alanda, Dkk. *Penyesuaian Diri Siswa yang Mengikuti Progran Akselerasi (Studi pada Siswa SLTP di Jakarta Selatan)*. Jurnal Provitae. Volume 3, No. 1 Mei 2007. Hlm. 86.

² Laura Irma Alanda, Dkk. *Penyesuaian Diri Siswa yang Mengikuti Progran Akselerasi (Studi pada Siswa SLTP di Jakarta Selatan)*. Jurnal Provitae. Volume 3, No. 1 Mei 2007. Hlm. 87.

³ Mahasiswa BKI. *Teori Dasar Memahami Perilaku*. (Jakarta : Guepedia,2022). Hlm. 73.

agar sesuai dengan kelompok. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecenderungan individu untuk menyesuaikan diri dan mengikuti kelompok, yaitu ukuran kelompok, keseragaman kelompok, komitmen kelompok, kepercayaan individu terhadap kelompok sebagai sumber informasi, kepercayaan yang lemah terhadap penilaian sendiri, dan rasa takut terhadap celaan sosial.

Menurut John M. Shepard, konformitas merupakan bentuk interaksi yang di dalamnya seseorang berperilaku terhadap orang lain sesuai dengan harapan kelompok atau masyarakat dimana ia tinggal.⁴ Konformitas berarti proses penyesuaian diri dengan masyarakat. Sementara itu, perilaku yang menyimpang atau tidak sesuai dengan norma dan nilai-nilai dalam masyarakat disebut sebagai perilaku menyimpang. Pada dasarnya, semua orang bersifat konformis. Manusia cenderung menyesuaikan diri dengan orang lain atau dengan kelompok tempat berinteraksi sehari-hari.

Konformitas yang dikemukakan oleh Evert bahwa besarnya pengaruh lingkungan atau kelompok sampai pada pemberian norma tingkah laku oleh kelompok.⁵ Bagi remaja yang memiliki kecenderungan kuat untuk masuk kelompok, maka pengaruh pemberian norma oleh kelompok tersebut akan berpengaruh pada timbulnya konformitas yang kuat. Kondisi tersebut akan membuat remaja cenderung untuk lebih menyesuaikan diri dengan norma kelompok agar mendapatkan penerimaan dan menghindari penolakan.

⁴ Kun Maryati, Juju Suryawati. *Sosiologi*. (Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama, 2006). Hlm. 119.

⁵ Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ritia Anggadita. *Konsep Diri dan Konformitas pada Perilaku Konsumtif Remaja*. (Surabaya: NEM, 2017). Hlm. 4.

Pengaruh teman sebaya terhadap sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan tingkah laku lebih besar daripada pengaruh keluarga. Hal ini disebabkan remaja lebih banyak berada di luar bersama teman-teman sebaya.

Menurut Sarwono mengatakan bahwa konformitas adalah suatu perilaku, sikap, dan keyakinan yang ditampilkan oleh seseorang baik karena adanya tekanan dari kelompok maupun hanya ingin berperilaku sama dengan orang lain dan mematuhi nilai-nilai yang berlaku.⁶ Tujuan dari sikap konformitas itu membuat suatu kesan yang baik agar dapat diterima oleh kelompoknya atau orang lain. Konformitas merupakan kebalikan dari perilaku menyimpang dalam masyarakat. Perilaku menyimpang adalah perilaku yang tidak diharapkan masyarakat, sedangkan konformitas adalah perilaku yang diharapkan suatu masyarakat.

Sear, Freedman, baron, dan bryne menyatakan bahwa defenisi dari konformitas adalah, apabila ada seseorang individu yang menampilkan suatu perilaku tertentu, Ketika perilaku itu dihasilkan Ketika melihat individu lain juga menampilkan perilaku tersebut.⁷

2. Aspek-Aspek Konformitas

Aspek-aspek konformitas menurut teori dari Baron & Byrne terbagi menjadi dua sebagai berikut:

⁶ Suradi. *Sosiologi Komunitas Menyimpang*. (Yogyakarta: *Writing Revolution*, 2018). Hlm. 46.

⁷ immamul. *Pengantar Psikologi Sosial*. (Yogyakarta: Zahir publishing, 2023) Hlm. 63

a. Pengaruh Sosial Normatif

Pengaruh sosial normatif dalam konformitas dilakukan individu karena adanya keinginan untuk disukai dan rasa takut terhadap penolakan dari kelompok.⁸ Aspek ini mempengaruhi individu untuk berusaha mematuhi norma yang ada dalam kelompok agar mendapatkan penerimaan dari kelompok tersebut.

b. Pengaruh Sosial Informasional

Pengaruh sosial informasional (keinginan untuk merasa benar), semakin besar kepercayaan kepada informasi dan opini kelompok, semakin mungkin untuk menyesuaikan diri dengan kelompok tersebut. Individu akan berkeinginan untuk memiliki pemikiran yang sama dengan kelompoknya dan beranggapan bahwa kelompok memiliki lebih banyak informasi daripada informasi miliknya.

3. Bentuk-Bentuk Perilaku Konformitas

Menurut sarwono, terdapat dua bentuk konformitas dalam masyarakat yaitu:

- a. Menurut (*compliance*) adalah konformitas yang dilakukan secara terbuka sehingga terlihat oleh umum walaupun hatinya tidak setuju.⁹ Perilaku menurut ini adalah perilaku patuh terhadap suatu perintah dinamakan

⁸ Miftah Khairati dkk. *Konformitas sebagai Prediktor Pengambilan Keputusan untuk Menjadi Pelaku Demonstrasi pada Mahasiswa di Kota Makassar*. Jurnal *Edupercouns*. Volume 4 Nomor 1. Thun 2022. Hlm. 4-5

⁹ Miftah Khairati dkk. *Konformitas sebagai Prediktor Pengambilan Keputusan untuk Menjadi Pelaku Demonstrasi pada Mahasiswa di Kota Makassar*. Jurnal *Edupercouns*. Volume 4 Nomor 1. Thun 2022. Hlm. 46.

ketaatan (*obedience*), misalnya berhenti merokok hanya karena perintah orang tua, yang secara tegas menyuruh untuk berhenti merokok.

- b. Penerimaan (*acceptance*) adalah konformitas yang disertai perilaku dan kepercayaan yang sesuai dengan tatanan sosial, misalnya berhenti merokok karena keinginan untuk sesuai dengan perilaku masyarakat atau sesuai dengan keinginan orang tua.¹⁰

Konformitas merupakan suatu perilaku yang diharapkan masyarakat terlepas dari individu yang ada dalam masyarakat menaati norma yang ada berdasarkan karena tekanan dari masyarakat ataupun perilaku individu dilakukan pada hakikatnya merupakan dorongan hati untuk mematuhi aturan yang ada. Menurut para ahli psikologi sosial pada dasarnya ada tiga tingkatan konformitas, yaitu konformitas membabi buta, konformitas identifikasi, dan konformitas internalisasi.¹¹ Masing-masing tipe konformitas memiliki sifat perwujudan dan menampilkan peran yang berbeda yaitu sebagai berikut:

- a. Konformitas Membabi-buta (Tipe A)

Kelompok tipe A bersifat vulgar, tradisional dan primitif.¹² Konformitas ini diwarnai sikap masa bodoh, dalam arti meniru atau mengikuti apa yang menjadi kemauan orang lain tanpa pemahaman dan pertimbangan tentang kebenaran dari sesuatu yang diikutinya itu. Konformitas tingkat

¹⁰ Miftah Khairati dkk. *Konformitas sebagai Prediktor Pengambilan Keputusan untuk Menjadi Pelaku Demonstrasi pada Mahasiswa di Kota Makassar*. Jurnal *Edupercouns*. Volume 4 Nomor 1. Thun 2022. Hlm. 47.

¹¹ Prayitno. *Dasar Teori dan Praksis Pendidikan*. (Yogyakarta : Garasindo, 2009). Hlm.70.

¹² Prayitno. *Dasar Teori dan Praksis Pendidikan*. (Yogyakarta : Garasindo, 2009). Hlm. 71.

pertama ini biasanya disertai rasa takut akan sanksi yang diancam terhadap mereka yang tidak mau berkonformitas. Mereka melakukan konformitas primitif tersebut banyak diantaranya yang mengharapkan imbalan atas kepatuhannya. Rasa takut dan harapan akan imbalan merupakan dua sisi yang sepertinya berjauhan tetapi sebenarnya saling bersangkutan dalam konformitas tradisional.

b. Konformitas Identifikasi (Tipe B)

Konformitas jenis kedua ini terbebas dari rasa takut ancaman sanksi. Konformitas identifikasi tidak didasarkan atas adanya kekuatan atau kekuasaan yang memaksa untuk adanya persetujuan atau penerimaan dari orang-orang yang terkena pengaruh.¹³ Konformitas tipe-b tidak lagi primitif, karena tidak adanya rasa takut, ancaman, ataupun hukuman atas keingkaran si penerima pengaruh. Konformitas identifikasi arahnya lebih positif daripada konformitas tipe-a karena pada konformitas jenis ini tidak ada kekuasaan yang memaksa. Tipe-b juga lebih manusiawi karena menyentuh ranah afektif yang cukup dalam, yaitu kesukarelaan, kepercayaan, pengakuan, kesenangan, dan kepuasan.

c. Konformitas Internalisasi (Tipe C)

Berbeda dari dua tipe sebelumnya, konformitas internalisasi disertai dengan rasional.¹⁴ Sebelum seseorang mengambil keputusan tertentu, konformitas atau non-konformitas memiliki kebahasaan sepenuhnya

¹³ Prayitno. *Dasar Teori dan Praksis Pendidikan*. (Yogyakarta : Garasindo, 2009). Hlm. 73.

¹⁴ Prayitno. *Dasar Teori dan Praksis Pendidikan*. (Yogyakarta : Garasindo, 2009). Hlm. 74.

untuk mempertimbangkan segenap aspek yang menjadi materi yang dapat mengarahkannya ke posisi konformitas atau non-konformitas. Konformitas jenis ini dapat menggunakan rasionya, wawasan, pengetahuan dan ilmunya, pengalamannya, bahkan perasaannya dalam mengkaji aspek-aspek tersebut.

4. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Konformitas

- a. Perbedaan individu: perbedaan cenderung untuk menyesuaikan diri terkait dengan orang yang memiliki motivasi untuk berprestasi dan memiliki karakteristik kepemimpinan yang lebih kuat;
- b. Ukuran kelompok: kesesuaian lebih memungkinkan terjadi dalam kelompok yang terdiri dari tiga sampai lima orang bahkan lebih;
- c. Karakter situasional: individu lebih cenderung menyesuaikan diri jika situasinya ambigu dan mereka tidak yakin bagaimana merespon dengan baik,¹⁵
- d. Perbedaan budaya: orang yang berasal dari budaya yang berbeda dari lingkungannya cenderung menyesuaikan diri daripada yang lain.

B. Prokrastinasi Akademik

1. Definisi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin yaitu "pro" berarti "melanjutkan" dan "*crastinus*" berarti "besok". Menurut asal kata, *procrastination* berarti melakukan sesuatu yang lebih baik untuk tugas besok. Prokrastinasi adalah hal biasa dalam kehidupan sehari-hari dan

¹⁵ Prayitno. *Dasar Teori dan Praksis Pendidikan*. (Yogyakarta : Garasindo, 2009). Hlm. 9.

terkait dengannya dengan faktor motivasi rendah, sentral kontrol diri eksternal, perfeksionisme, disorganisasi dan manajemen waktu yang buruk.

Prokrastinasi berarti menghentikan suatu tindakan, menundanya, menundanya pada hari atau waktu tertentu yang akan datang. Prokrastinasi adalah kecenderungan individu untuk menanggapi tugas yang diberikan. Dorongan dilakukan dengan peregang Keterlambatan dalam memulai atau menyelesaikan suatu tindakan, kinerja yang disengaja dari suatu tindakan yang tidak diperlukan untuk menyelesaikan tugas.

Prokrastinasi adalah perilaku khusus termasuk:

- a. Penundaan, baik untuk memulai atau melakukan tugas atau tindakan;
- b. Menyebabkan akibat lain selain itu, misalnya keterlambatan pemenuhan tugas atau tidak terpenuhinya tugas;
- c. Termasuk tugas yang dilihat oleh orang yang suka menunda-nunda sebagai sesuatu tugas-tugas penting, pekerjaan kantor dan kursus;
- d. keadaan emosi yang tidak nyaman, Misalnya, rasa takut, rasa bersalah, dan dll.¹⁶

Prokrastinasi akademik artinya penundaan kegiatan akademik. Prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan untuk menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan. Hal ini

¹⁶ Kusnul Ika Sandra, "Manajemen Waktu, Efikasi-Diri dan Prokrastinasi", *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 2, No. 3, September 2013, hlm 218.

berpengaruh pada prestasi akademik.¹⁷ Oleh karena itu, setiap guru dan orangtua seharusnya lebih memperhatikan jika sudah ada ciri-ciri remaja yang mempunyai prokrastinasi akademik. Menurut Fatimah prokrastinasi akademik sering muncul pada pelajar atau mahasiswa.¹⁸ Prokrastinasi akademik terjadi karena adanya keyakinan tidak rasional yang dimiliki oleh remaja. Hal ini muncul karena adanya kesalahan mempersepsikan tugas sekolah. Remaja memandang tugas adalah sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan.

Beswick memaknai prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik dan kecenderungan individu mengalami kecemasan yang berhubungan dengan penundaan yang dilakukannya.¹⁹ Artinya, prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda tugas akademik dan menimbulkan kecemasan. Menurut Saplavska dan Jerkunkova, kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman dan takut yang dialami oleh seseorang saat menghadapi situasi yang dirasakan dapat memengaruhi kinerja akademik, hubungan sosial, dan kesejahteraan emosional mereka.

Prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas

¹⁷ Ira Nurmala, dkk. *Mewujudkan Remaja Sehat Fisik, Mental dan Sosial (Mode Intervensi Health Educator of Youth)*. (Surabaya: Airlangga University Press, 2020). Hlm. 91.

¹⁸ Ira Nurmala, dkk. *Mewujudkan Remaja Sehat Fisik, Mental dan Sosial (Mode Intervensi Health Educator of Youth)*. (Surabaya: Airlangga University Press, 2020). Hlm. 93.

¹⁹ Widodo Winarso. *Mengelola Prokrastinasi Akademik (Pendekatan Psikoedukasi Berbasis Religiositas)*. (Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2023). Hlm. 09.

lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas-tugas akademik.²⁰ Prokrastinasi akademik sebagai suatu kecenderungan sifat yang dimiliki oleh pelajar yang sering menghadapi tugas-tugas yang mempunyai batas waktu. Dampak prokrastinasi akademik dapat sangat serius, seperti mengurangi kualitas pekerjaan dan menimbulkan stress dan tekanan. Banyak peserta didik mengalami stress dan tekanan akibat tugas akademik dan kewajiban lainnya, hal ini mengarah pada prokrastinasi.

2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk. Mengatakan bahwa prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam beberapa indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya.²¹ Indikator tersebut dikelompokkan menjadi empat aspek, yaitu:

- 1) Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi cenderung menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas ketika dia sudah mulai mengerjakannya.
- 2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung memerlukan waktu yang lebih lama

²⁰ Abdul Muhid. *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows*. (Sidoarjo: Zifatama Jawara, 2019). Hlm. 401.

²¹ Hana Hanifah Fauziah. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Desember 2015, Vol. 2, No. 2, Hlm: 123-132.

daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas.²² Mahasiswa tersebut menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan mahasiswa tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan berarti mahasiswa yang mengerjakan tugas cenderung tidak dapat cepat dalam mengerjakan tugasnya sehingga tugas selesai dengan waktu yang lama.

- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. seorang prokrastinator sering mengalami keterlambata dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah ia tentukan sendiri.
- 4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang procrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya. Akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan menghibur, seperti membaca (majalah, koran, buku cerita atau lainnya),

²² Hana Hanifah Fauziah. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. Jurnal Ilmiah Psikologi, Desember 2015, Vol. 2, No. 2, Hlm. 134-136.

nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan music dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

2. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari dkk. (1995) Ada beberapa ciri-ciri Prokrastinasi akademik memiliki karakteristik penundaan pertama di awal atau menjalankan tugas sebelum seseorang yang melakukannya. Prokrastinasi tahu tugasnya yang harus segera menanganinya lengkap fitur lain yaitu Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas. orang yang ragu membutuhkan waktu lebih lama sebagai waktu yang diperlukan biasanya pada saat melakukan sesuatu Misi. Fitur ketiga adalah perbedaan waktu antara rencana dan tindakan nyata. Keterlambatan telah membuat kesulitan melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang ditentukan sebelumnya. Fitur keempat perbanyak aktivitas lainnya yang menyenangkan sebagai aktivitas atau sebuah tugas yang harus dilakukan.²³

Mahasiswa yang prokrastinasi cenderung menghabiskan banyak waktu untuk menyiapkan, mengerjakan tugas dan melakukan hal lainnya. terkadang mahasiswa mempersiapkan secara berlebihan padahal hal tersebut tidak diperlukan. Hal inilah yang menyebabkan tugas tidak cepat

²³ Kepala LPPM Universitas Mercu Buana Yogyakarta, "Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mercu Buana Yogyakarta", *Jurnal Sosio-Humaniora*, Vol. 5. No. 1, Mei 2014, hlm 59.

diselesaikan melainkan hanya menghabiskan waktu yang tidak penting dalam mengerjakan tugas. Oleh karena itu ciri seseorang yang memiliki prokrastinasi tersebut sering disebut “kelambanan”, jadi seseorang akan kesulitan untuk mengatur waktu dan cenderung melakukan sesuatu sampai batas waktu yang tidak terselesaikan.

Menurut Burka dan Yuen, seorang procrastinator memiliki ciri-ciri tertentu yang disebut sebagai “kode prokrastinasi”.²⁴ Kode prokrastinasi merupakan cara berpikir yang dimiliki oleh seseorang, yang dipengaruhi oleh asumsi-asumsi yang tidak realistis sehingga menyebabkannya memperkuat prokrastinasi yang dilakukannya, meskipun mengakibatkan frustrasi. Ciri-ciri prokrastinasi akademik sebagai berikut:

- 1) Kurang percaya diri. Individu yang menunda biasanya berjuang dengan perasaannya yang kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri.²⁵ Individu yang demikian ini kemungkinan ingin berada pada penampilan yang bagus sehingga menunda. Seorang procrastinator merasa tidak sanggup menghasilkan sesuatu dan terkadang menahan ide yang dimilikinya karena takut tidak diterima orang lain.
- 2) Perfeksionis. Procrastinator merasa bahwa segala sesuatunya itu harus sempurna. Lebih baik menunda daripada bekerja keras dan mengambil resiko kemudian dinilai gagal. Procrastinator menunggu sampai dirasa

379 ²⁴ Suparman dkk. *Dinamika Psikologi Pendidikan Islam*. (Jakarta: Wadegroup, 2017). Hlm.

381. ²⁵ Suparman dkk. *Dinamika Psikologi Pendidikan Islam*. (Jakarta: Wadegroup, 2017). Hlm.

saat yang tepat bagi dirinya untuk bertindak agar dapat memperoleh hasil yang sempurna.

- 3) Tingkah laku menghindari. Prokrastinator menghindari tantangan. Segala sesuatu yang dilakukannya seharusnya terjadi dengan mudah tanpa usaha.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Solomon dan Rothblum salah satu bentuk spesifik dari prokrastinasi akademik terjadi ketika seseorang siswa mengalami tekanan psikologis dari penundaan tugas-tugas yang berhubungan dengan sekolah.²⁶ Solomon juga mengatakan bahwa prokrastinasi akademik setidaknya disebabkan oleh alasan penundaan yang paling sering didukung adalah buruk manajemen waktu, keengganan tugas, dan ketakutan akan kegagalan. Prokrastinasi akademik juga disebabkan oleh antededen internal yang terdiri dari aspek afektif, kognitif, terkait kepribadian, kemauan dan kompetensi, serta persektif subjektif siswa tentang karakteristik tugas.

Ghufron dan Risnawita mengkategorikan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menjajsi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.²⁷

²⁶ Arbin Janu Setyowati dkk. *Academic Burnout Siswadan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Malang: Media Nusa Creative, 2021). Hlm. 35.

²⁷ Nafeesa. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota OSIS Intra Sekolah*. *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*. Volime 4. No. 1. 2018: 53-67. Hlm. 58.

1) Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu.

1) Kondisi fisik individu. Faktor dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu. Seseorang yang memiliki *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki oleh seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.

2) Kondisi psikologis individu. Menurut Milgram dkk, *trait* kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya *trait* kemampuan sosial yang tercermin dalam tingkat kecemasan berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan menyebabkan prokrastinasi negatif.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik.²⁸ Faktor-faktor

²⁸ Nafeesa. *Faktor-Faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota OSIS Intra Sekolah*. Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya. Volime 4. No. 1. 2018. Hlm. 59.

itu berupa pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *linient*. Faktor eksternal misalnya gaya pengasuhan orangtua dan kondisi lingkungan salah satunya adalah konformitas teman sebaya.

Menurut Ferrari Johnson dan McCown (1995) Berikan alasan perilaku prokrastinasi tersebut adalah:

- a. Kehadiran pikiran irasional Prokrastinator, itu asumsi bahwa tugas itu diselesaikan dengan sempurna.
- b. Ada ketakutan karena kemampuan dinilai akan kegagalan dan kesulitan membuat keputusan atau karena membutuhkan bantuan dari orang lain untuk melakukan pekerjaannya.
- c. Malas dan bermasalah dengan waktu dan seseorang tidak suka bekerja.
- d. Ada juga hukuman dan hadiah dapat menyebabkan keterlambatan, Jadi merasa lebih aman saat melakukannya karena bisa menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.
- e. Adanya faktor lingkungan, kurangnya observasi Lingkungan seperti keluarga atau di dalam ruangan juga lingkungan sekolah membuat seseorang melakukannya dengan menunda.

- f. Selain itu, keterlambatan disebabkan karena menumpuknya tugas terlalu banyak dan harus buru-buru selesai, makanya tertunda tugas yang dapat menyebabkan tugas lain menunggu.²⁹

C. Mahasiswa

Menurut Sarwono, mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun.³⁰ Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang seringkali syarat dengan berbagai predikat. Mahasiswa adalah status yang disandang kepada seseorang karena hubungannya dengan perguruan tinggi yang diharapkan menjadi calon intelektual.

Mahasiswa adalah anggota masyarakat yang berada pada tatanan elit, karena pendidikan intelektual yang dimilikinya, yang dengan demikian mempunyai kekhasan fungsi, peran dan tanggung jawab. Pada dasarnya mahasiswa memiliki identitas diri.³¹ Mahasiswa memiliki posisi, potensi dan peran istimewa dibandingkan golongan akademik lainnya. mahasiswa juga memiliki kebebasan bergerak karena belum terkait kepentingan-kepentingan yang dapat melunturkan idealism mereka. Dari identitas tersebut, secara tersirat

²⁹ Siti Muyana, "Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling", *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Vol. 8, No. 1, Mei 2018, hlm 48.

³⁰ Harun Gafur. *Mahasiswa dan Dinamika Dunia Kampus*. (Bandung: CV. Rasi Terbit, 2015). Hlm. 17.

³¹ Fatonah dkk. *Mencari Artin Menempa Diri*. (Banjarsari: A-Empat, 1016). Hlm. 80.

dapat menjelaskan bahwa mahasiswa mempunyai tanggung jawab secara intelektual, sosial, dan moral kepada masyarakat.

Mahasiswa yang sudah menempuh pendidikan selama tiga tahun dikatakan memasuki fase ketiga. Pada fase ini, mahasiswa tahun ketiga memasuki semester yang lebih serius. Pada semester ini mahasiswa mulai menjalani matakuliah yang berhubungan dengan penjurusan ke masa depan sebagai persiapan setelah lulus kuliah. Mahasiswa angkatan ketiga bisa juga disebut sebagai mahasiswa akhir, karena pada fase ini mahasiswa sudah mulai menyusun penyelesaian tugas akhir seperti magang, kkn dan sripsi. Secara umum mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang hampir menyelesaikan semua mata kuliahnya.³²

Mahasiswa angkatan ketiga bisa juga disebut sebagai mahasiswa akhir, karena pada fase ini mahasiswa sudah mulai menyusun penyelesaian tugas akhir seperti magang, kkn dan sripsi. Mahasiswa mulai masuk semester enam akhir atau menjelang masuk semester tujuh sudah memikirkan skripsi. Di semester-semester akhir tersebut mahasiswa diharuskan untuk merencanakan penyelesaian tugas akhir dengan matang.³³ Mahasiswa angkatan ketiga akan menjalani semester akhir yang mana ada banyak hal yang perlu dipersiapkan. Hal tersebut antara lain, merencanakan skripsi, magang dan menyusun laporan, serta kuliah kerja nyata (KKN). Selain itu mahasiswa diharuskan untuk mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja. Sehingga mahasiswa ini

³² Dewi Pratiwi. *Kematangan Emosi dan Psikomatis pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Jurnal Psikologi. Universitas Wangsa Manggala. Yogyakarta, 2012. Hlm. 05.

³³ Grazelia. *Gaya Hidup Mahasiswa Semester Akhir*. (Jakarta: Guepedia, 2021). Hlm. 36.

dituntut untuk memiliki rasa optimis, semangat hidup yang tinggi, mencapai prestasi yang optimal dan berperan aktif dalam menyelesaikan masalah.

D. Hubungan antara Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik

Ferrari mengemukakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik adalah karena adanya faktor eksternal. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu seperti adanya pengaruh dari lingkungan yang membentuk seseorang untuk cenderung melakukan prokrastinasi akademik.³⁴ Pengaruh teman sebaya menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan pada tugas-tugas akademik merupakan salah satu faktor eksternal dari prokrastinasi akademik. Hal tersebut dapat menyebabkan mahasiswa membentuk kelompok dengan teman sebaya dan melakukan konformitas. Apabila teman kelompoknya malas untuk menyelesaikan tugas akademik, maka individu juga ikut menjadi malas dalam memulai dan menyelesaikan tugas akademik. Konformitas seperti ini yang akan berdampak buruk bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya.

Tingkat konformitas yang rendah menunjukkan bahwa mahasiswa dapat memberikan keputusan tanpa takut ditolak oleh kelompok. Hal ini memberikan makna pada mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik, mereka kemungkinan tidak terpengaruh oleh konformitas tetapi atas keputusannya sendiri menunda mengerjakan tugas akhir.³⁵ Jika tingkat konformitas seseorang

³⁴ Rindika Ratu Cinthia dan Erin Ratna Kustanti. *Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. Jurnal Empati, April 2017 Volume 6, Nomor 2, hlm.31-37.

³⁵ Aprillina Ramadhani. *Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja*. Psikoborneo, Vol. 4, No. 3, 2016: 383-390. Hlm. 387.

tinggi maka sangat mungkin individu tersebut melakukan prokrastinasi akademik.

Hidayah dan Atmoko menyebutkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi akademik adalah hasil peniruan terhadap perilaku yang diamati dari orang lain.³⁶ Prokrastinasi akademik sering terjadi karena meniru perilaku teman sebayanya atau orang lain yang sering melakukan hal yang sama. Konformitas dari teman sebaya sangatlah berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan seorang mahasiswa. Konformitas memiliki relevansi yang positif dengan prokrastinasi akademik.³⁷ Jika seorang mahasiswa mampu memilih figur teladan dalam berteman maka ia sendiri akan mengenai perilaku yang tepat sehingga sangat kecil kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Semakin tinggi konformitas yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah konformitas yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa.³⁸ Kuatnya pengaruh teman kelompok merupakan bentuk dari konformitas dan merupakan salah satu faktor yang diduga menjadi penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik. Maka dapat

³⁶ Fitriyani Nasution dkk. *Konformitas dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Indonesian Journal of Behavioral Studies. Vol.1, No.2, Juni 2021. Hlm. 279.*

³⁷ Fitriyani Nasution dkk. *Konformitas dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Indonesian Journal of Behavioral Studies. Vol.1, No.2, Juni 2021. Hlm. 280.*

³⁸ Rindita Ratu Cinthia dan Erin Ratna Kustanti. *Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Jurnal Empati, Volume 6, Nomor 2, halaman 31-37, April 2017. Hlm. 36.*

disimpulkan bahwa hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik adalah sangat erat dan saling berkesinambungan.