

PENGARUH INTENSITAS BERMAIN *GAME ONLINE*, KONFORMITAS TEMAN SEBAYA, DAN REGULASI DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA DI SMA NEGERI 7 SURAKARTA

Azka Fikriyah¹, Dewi Kusuma Wardani²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Ekonomi, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir. Sutami 36 Ketingan, Jebres, Surakarta,
Indonesia
Email: azkafikriyah.17@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of intensity of playing online games, peer conformity and self-regulation on academic procrastination. The research approach is quantitative research using data collection techniques through questionnaires. The sample was taken using probability sampling, namely simple random sampling with a sample of 230 people. The instrument validity test in this study used Pearson product moment and the instrument reliability test used Cronbach alpha. The research data analysis technique uses descriptive statistics, classical assumption tests and hypothesis testing including multiple regression analysis, t-test and coefficient of determination with the help of IBM SPSS statistics 25 software. The results of this study indicate that there is a significant influence between the intensity of playing online games, peer conformity, self-regulation on students' academic procrastination at SMA Negeri 7 Surakarta, namely, (1) there is a positive and significant influence between the intensity of playing online games on academic procrastination; (2) there is a negative and significant influence between peer conformity on academic procrastination; (3) there is a negative and significant influence between self-regulation on academic procrastination.

Keywords: *Intensity of Playing Online Games, Peer Conformity, Self-Regulation, Academic Procrastination.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas bermain *game online*, konformitas teman sebaya dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Pendekatan penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik pengambilan data melalui angket kuesioner. Sampel diambil dengan menggunakan *probability sampling* yaitu *simple random sampling* dengan sampel sebanyak 230 orang. Uji Validitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan *pearson product moment* dan uji reliabilitas instrumen menggunakan *cronbach alpha*. Teknik analisis data penelitian menggunakan statistik deskriptif, uji asumsi klasik dan uji hipotesis meliputi analisis regresi berganda, uji-t dan koefisien determinasi dengan bantuan software IBM SPSS *statistics* 25. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara intensitas bermain *game online*, konformitas teman sebaya, regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik siswa di SMA Negeri 7 Surakarta yaitu, (1) adanya pengaruh positif dan signifikan antara intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik; (2) adanya pengaruh negatif dan signifikan antara konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik; (3) adanya pengaruh negatif dan signifikan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: *Intensitas Bermain Game Online, Konformitas Teman Sebaya, Regulasi Diri, Prokrastinasi Akademik.*

Cara sitasi: Fikriyah, A. & Wardani, K. D. (2024). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online, Konformitas Teman Sebaya dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 7 Surakarta. *J-KIP (Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan)*, 5 (3), 713-723.

PENDAHULUAN

Pendidikan mengajarkan mengenai ilmu pengetahuan dan mengarahkan kepada sikap yang baik kepada peserta didik menurut Priswanti, dkk. (2022). Proses pembelajaran membutuhkan interaksi para pihak antara lain guru, siswa maupun pemerintah agar dapat berjalan dengan baik dan menciptakan pendidikan berkualitas. Interaksi antara peserta didik dan guru, sumber belajar yang memadai dan suasana belajar yang kondusif akan mendukung proses pembelajaran peserta didik menurut Yaningsih, dkk. (2018). Menurut Pasal 1 Ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Aspek dalam pembelajaran salah satunya yaitu pemahaman siswa dalam belajar berdasarkan Ramadhani, dkk. (2020). Oleh karena itu, siswa bertanggung jawab untuk mengikuti pelajaran dan menyelesaikan tugas sekolah selama proses pembelajaran untuk memenuhi standar akademik. Namun, sebagian siswa gagal menyelesaikan tugas-tugas mereka pada waktunya. Karena siswa belajar dengan cara mereka sendiri, kebanyakan siswa belajar dalam waktu yang singkat, yang menyebabkan mereka terlambat menyelesaikan tugas atau melakukan penundaan. Sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh siswa dapat menyebabkan prokrastinasi akademik. (Herawati & Suyahya, 2019).

Tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi memiliki pengaruh negatif dalam bidang akademik siswa (Zahra & Hernawati, 2015, hlm.169). Didukung dengan Solomon dan Rothblum (1984, hlm.508) pengaruh negatif dari prokrastinasi akademik dapat mengakibatkan seorang siswa tingkat konsentrasinya turun karena adanya kecemasan dan kurangnya kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas. Prokrastinasi akademik berdampak buruk sehingga menimbulkan rasa cemas saat mengerjakan tugas sehingga siswa dalam pengerjaannya kurang teliti dan mungkin banyak terjadi kesalahan yang dilakukan saat pengerjaan (Santika & Sawitri, 2016, hlm. 45). Tingginya tingkat prokrastinasi di kalangan siswa menyebabkan rendahnya keberhasilan dalam menyelesaikan tugas sekolah yang diberikan.

Prokrastinasi akademik masih menjadi masalah dalam dunia pendidikan dan masih sering dilakukan oleh siswa, seperti yang didukung oleh penelitian Özer & Ferrari (2011) di daerah sekolah menengah Turki yang dilakukan pada 214 siswa terdapat 55% siswa yang melakukan prokrastinasi akademik. Kemudian pada penelitian Permana (2019) berdasarkan temuannya terdapat 4 kelas jurusan MIPA dan 4 kelas jurusan IPS yang terdiri dari 317 siswa, hasil dari penelitiannya menunjukkan siswa di jurusan MIPA dengan persentase 144% siswa yang dikategorikan melakukan prokrastinasi akademik dan 147% siswa dari jurusan IPS yang dikategorikan melakukan prokrastinasi akademik.

Dilakukan studi pendahuluan melalui wawancara pada tanggal 01 Maret 2024 kepada guru mata pelajaran Ekonomi di SMA Negeri 7 Surakarta yaitu Bu W dan dua siswa yaitu SP dan DA. Wawancara yang dilakukan bersama guru mata pelajaran Ekonomi yaitu Bu W, mengatakan bahwa sekitar 90% dari 540 siswa mengumpulkan tugas tidak tepat waktu ketika mendapatkan tugas mata pelajaran Ekonomi. Dibuktikan dengan catatan guru mengenai pengumpulan tugas siswa dan dibuktikan dengan google spreadsheet yang menunjukkan bahwa siswa SMA Negeri 7 Surakarta mengumpulkan tugas tidak sesuai dengan jadwal pengumpulannya. Salah satu faktor yang jelas adalah fakta bahwa siswa banyak yang bermain *game online* secara berlebihan hingga menjadi kecanduan, yang berdampak negatif pada kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas dari guru. Selain itu, siswa terpengaruh oleh kelompok teman sebaya, apabila teman sebayanya tidak menyelesaikan tugas, mereka akan meniru dan mengikuti kelompok tersebut. Hal ini menandakan bahwa siswa belum dapat

mengontrol diri mereka sehingga secara tidak sadar siswa sudah mengalami prokrastinasi akademik.

Guru mata pelajaran Ekonomi juga mengeluhkan adanya kelompok siswa khususnya di salah satu kelas XI yang mengajak teman yang lain untuk menunda mengerjakan ataupun terlambat mengumpulkan tugas. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan melakukan wawancara pada tanggal 01 Maret 2024 dengan dua siswa kelas XI di SMA Negeri 7 Surakarta yaitu SP dan DA didapatkan kesimpulan bahwa mereka sering menunda tugas yang diberikan oleh guru dengan berbagai alasan. Kedua siswa tersebut mereka tidak bisa menolak ajakan temannya untuk bermain *game online* dan ajakan temannya untuk menunda mengerjakan tugas. Akhirnya waktu luang yang digunakan untuk mengerjakan tugas terabaikan karena bermain *game online*. Hal tersebut terjadi karena siswa mempunyai regulasi diri yang rendah maka keinginan untuk berhasil mengerjakan tugas juga rendah, sehingga akan menyebabkan siswa melakukan prokrastinasi pada tugas-tugas akademiknya begitupun sebaliknya.

Kebaruan penelitian ini yaitu menggabungkan variabel intensitas bermain *game online*, konformitas teman sebaya, dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik menjadi satu dalam penelitian. Peneliti menggunakan indikator intensitas bermain *game online* yaitu frekuensi dan lamanya bermain (Horrigan,2000), indikator konformitas teman sebaya yaitu kepercayaan terhadap kelompok, kepercayaan yang lemah terhadap diri sendiri, rasa takut pada penyimpangan, kekompakan kelompok, dan kesepakatan kelompok (Hanifa & Muslikah, 2019), indikator regulasi diri yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku (Zimmerman dalam Rizki & Ummayah, 2021) dan indikator prokrastinasi akademik yaitu menunda atau terlambat mengerjakan tugas, menyimpang dari rencana awal dengan kinerja aktual, dan melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan (Ferrari dalam Ulum, 2016)

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada siswa di SMA Negeri 7 Surakarta, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas bermain *game online*, konformitas teman sebaya dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif digunakan dalam mengkaji sampel atau populasi dengan mengumpulkan data kemudian dilakukan analisis menggunakan sifat statistik guna membuktikan mutu hasil yang ada (Sugiyono,2015, hlm.14). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, karena metode ini menjadi jawaban dalam hipotesis dari rumusan masalah yang ditetapkan. Sampel diambil menggunakan rumus slovin dengan *margin error* 5% yang digunakan sebagai pengukur sampel. Sehingga dari populasi 540 responden menjadi 230 responden. Populasi penelitian ini difokuskan pada peserta didik yang menempuh mata pelajaran Ekonomi karena siswa merasa bahwa mata pelajaran Ekonomi pelajaran yang rumit. Sehingga terjadi penundaan tugas pada mata pelajaran Ekonomi. Penelitian ini memilih kelas X sebagai populasi karena mereka sedang mengalami masa transisi dari SMP ke SMA serta memilih siswa kelas XI karena mereka lebih matang dan siap untuk tingkat yang lebih tinggi. Peneliti tidak menggunakan populasi kelas XII karena siswa kelas 12 sedang melaksanakan ujian akhir. Teknik pengumpulan data menggunakan skala likert. Waktu penelitian ini dimulai pada bulan Januari sampai Juli. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebar angket. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang difasilitasi oleh platform *Google Form*. Uji instrumen dilakukan melalui uji validitas dan reliabilitas. Untuk analisis data penelitian ini menggunakan *software IBM SPSS statistics 25*, dengan teknik analisis data yang terdiri dari uji asumsi klasik (uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas dan uji heteroskedastisitas) uji hipotesis (analisis regresi berganda, uji t, dan koefisien determinasi). Berikut hasil uji validitas reliabilitas:

Tabel 1. Uji Validitas

Variabel	Indikator	r hitung	r tabel 5% N= 30, α 5%	Keterangan
Intensitas bermain <i>game online</i> (X1)	I1	0,928	0,361	Valid
	I2	0,892	0,361	Valid
	I3	0,812	0,361	Valid
	I4	0,890	0,361	Valid
	I5	0,830	0,361	Valid
	I6	0,898	0,361	Valid
Konformitas teman sebaya (X2)	K1	0,444	0,361	Valid
	K2	0,696	0,361	Valid
	K3	0,457	0,361	Valid
	K4	0,600	0,361	Valid
	K5	0,662	0,361	Valid
	K6	0,544	0,361	Valid
	K7	0,410	0,361	Valid
	K8	0,515	0,361	Valid
	K9	0,515	0,361	Valid

	R6	0,798	0,361	Valid
	R7	0,420	0,361	Valid
	R8	0,427	0,361	Valid
Prokrastinasi Akademik (Y)	P1	0,731	0,361	Valid
	P2	0,787	0,361	Valid
	P3	0,792	0,361	Valid
	P4	0,672	0,361	Valid
	P5	0,812	0,361	Valid
	P6	0,600	0,361	Valid
	P7	0,864	0,361	Valid
	P8	0,879	0,361	Valid
	P9	0,727	0,361	Valid
	P10	0,587	0,361	Valid
	P11	0,631	0,361	Valid
	P12	0,771	0,361	Valid

Tabel 2. Uji Reliabilitas

Variabel	Nilai Cronbach Alpha	Keterangan
Intensitas Bermain <i>Game online</i>	0,937	Reliabel
Konformitas Teman Sebaya	0,639	Reliabel
Regulasi Diri	0,810	Reliabel
Prokrastinasi Akademik	0,922	Reliabel

Hasil uji validitas dan reliabilitas sudah memenuhi kriteria, dilihat pada Tabel 1. instrumen dikatakan valid apabila hasil rhitung > r tabel dan dikatakan tidak valid apabila rhitung < r tabel menggunakan uji *pearson product moment* serta pada Tabel 2. Cronbach's alpha > 0,60 (Sugiyono, 2019). Setelah instrumen penelitian dinyatakan valid dan reliabel, pengujian akan dilanjutkan dengan menggunakan *software IBM SPSS statistics 25* dengan uji asumsi klasik dan uji hipotesis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji normalitas penelitian ini menggunakan uji Kolmogrov Smirnov untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan memiliki distribusi normal. Pada uji tersebut dengan mengambil keputusan jika mendapatkan nilai signifikansi > 0,05, maka dapat disimpulkan model regresi berdistribusi dengan normal. Berikut hasil uji normalitas pada penelitian ini:

Tabel 3. Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov Test

Kolmogorov Smirnov Test	
Test Statistic	0,054
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,096

Berdasarkan hasil uji Kolmogrov Smirnov pada tabel 3 menunjukkan data berdistribusi normal. Dapat dilihat nilai Asymp. Sig. (2- tailed) yaitu sebesar 0,096. Hal tersebut menunjukkan > 0,005, maka uji normalitas terpenuhi yaitu data berdistribusi normal dan penelitian layak digunakan pada tahap selanjutnya.

2) Uji Linearitas

Penelitian ini menggunakan perbandingan nilai Sig. Linearity > 0,005 yang menunjukkan bahwa data yang diperoleh linier. Hasil uji linearitas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4. Uji Linearitas

Sig.		Deviation from Linearity	Keterangan
Intensitas Bermain <i>Game Online</i> * Prokrastinasi Akademik	0,144	Terdapat hubungan linear	hubungan linear
Konformitas Teman Sebaya* Prokrastinasi Akademik	0,494	Terdapat hubungan linear	hubungan linear
Regulasi Diri* Prokrastinasi Akademik	0,519	Terdapat hubungan linear	hubungan linear

Berdasarkan tabel 4, uji linearitas variabel intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,144 yang berarti lebih besar dari 0,05, maka disimpulkan terdapat hubungan yang linear antara variabel intensitas bermain *game online* dan prokrastinasi akademik. Uji linearitas variabel konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan nilai signifikansi 0,494 yang juga berarti lebih besar dari 0,05 yang artinya terdapat hubungan linear antara variabel konformitas teman sebaya dan prokrastinasi akademik. Kemudian, uji linearitas variabel regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan nilai signifikansi 0,519 > dari 0,05 yang artinya terdapat hubungan linear variabel regulasi diri dan prokrastinasi akademik.

3) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dalam penelitian ini dilihat dari nilai toleransi dan VIF (Varians Inflation Factors) pada tabel coefficients. Berikut adalah hasil uji multikolinearitas penelitian ini.

Tabel 5. Uji Multikolinearitas

Variabel	Collinearity Statistic		Keterangan
	Tolerance	VIF	
Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	0,921	1,086	Tidak terdapat multikolinearitas
Konformitas Teman Sebaya	0,991	1,009	Tidak terdapat multikolinearitas
Regulasi Diri	0,916	1,092	Tidak terdapat multikolinearitas

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan nilai VIF untuk variabel intensitas bermain *game online*, konformitas teman sebaya, dan regulasi diri kurang dari 10 adalah 1,086, 1,009, dan 1,092. Kemudian untuk nilai tolerance variabel intensitas bermain *game online*, konformitas teman sebaya dan regulasi diri kurang dari 10, yaitu secara berturut-turut 0,921, 0,991 dan 0,916. Dapat dilihat melalui pengamatan nilai VIF dan tolerance disimpulkan bahwa dalam model regresi tidak terjadi multikolinearitas.

4) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk melihat apakah ada penyimpangan pada model regresi dan mengetahui bagaimana data tersebar. Penelitian ini mendeteksi adanya heteroskedastisitas menggunakan uji Glejser dengan melihat nilai Sig. Absolute Residual, dengan ketentuan yaitu tidak terdapat heteroskedastisitas jika nilai signifikansi variabelnya > 0,05. Hasil uji heteroskedastisitas penelitian ini disajikan pada tabel berikut:

Tabel 6. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a						
Unstandardized Coefficients			Standardized Coefficients			
Model	B	Std. error	Beta	t	Sig.	
1	(Constant)	0,357	0,319		1,118	0,265
	X1	0,002	0,010	0,011	0,162	0,871
	X2	-0,007	0,010	-0,045	-0,684	0,495
	X3	0,016	0,009	0,118	1,707	0,089

Berdasarkan tabel 6 diketahui nilai signifikansi variabel intensitas bermain *game online* sebesar 0,871, variabel konformitas teman sebaya sebesar 0,495, dan variabel regulasi diri sebesar 0,089. Dapat disimpulkan bahwa pada model regresi tidak ada masalah heteroskedastisitas yang dilihat dari nilai signifikansinya ketiga variabel tersebut

B. Uji Hipotesis

1) Analisis Regresi Berganda

Hasil analisis regresi berganda untuk menentukan pengaruh antar variabel bebas (dependen) dengan variabel terikat (independen) melalui persamaan regresi. Adapun hasil dari uji analisis regresi berganda pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Analisis Regresi Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
(Constant)	54,998	0,503		109,288	0,000
Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	0,070	0,015	0,075	4,597	0,000
Regulasi Diri	-0,342	0,016	-0,340	-21,699	0,000
Konformitas Teman Sebaya	-0,826	0,015	-0,902	-55,341	0,000

Keterangan: signifikan < 0,01

Berdasarkan tabel 7, diperoleh penjelasan sebagai berikut:

- 1) Nilai koefisien regresi intensitas bermain *game online* (X1) pada model 1 didapat nilai 0,070 yang berarti bahwa intensitas bermain game online (X1) memiliki pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik. Ketika intensitas bermain *game online* (X1) mengalami peningkatan sebesar satu maka prokrastinasi akademik (Y) akan meningkat sebanyak 0,070 begitupun sebaliknya.
 - 2) Nilai koefisien regresi konformitas teman sebaya (X2) pada model 1 didapat nilai -0,342 yang berarti bahwa konformitas teman sebaya (X2) memiliki pengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik. Ketika konformitas teman sebaya (X2) mengalami peningkatan sebesar satu maka prokrastinasi akademik (Y) akan berkurang sebanyak -0,342 begitupun sebaliknya.
 - 3) Nilai koefisien regresi regulasi diri (X3) pada model 1 menunjukkan nilai -0,826 yang berarti bahwa regulasi diri (X3) memiliki pengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik. Ketika regulasi diri (X3) mengalami peningkatan sebesar satu maka prokrastinasi akademik (Y) akan berkurang sebanyak -0,826 begitupun sebaliknya.
- 2) Uji t

Pengaruh variabel independen secara parsial atau individu terhadap variabel dependen dapat diketahui melalui uji signifikansi parsial atau uji t. Berdasarkan tabel dibawah ini diperoleh hasil yang akan dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Uji t

Hipotesis	Sig.	α	t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
H1 (X1-Y)	0,000	< 0,05	4,597	> 1,970	Berpengaruh signifikan
H2 (X2-Y)	0,000	< 0,05	-21,699	> -1,970	Berpengaruh signifikan
H3 (X3-Y)	0,000	< 0,05	-55,341	> -1,970	Berpengaruh signifikan

Penentuan nilai t tabel ditentukan melalui rumus Excel yaitu, TINV (probability;df) dengan signifikansi tingkat probabilitas sebesar 0,05 (5%) dan dengan derajat kebebasan yang diperoleh rumus (df= n-k-1), dimana n merupakan jumlah data, dan k merupakan banyak variabel penelitian.

Sehingga diperoleh df = 230-3-1= 226 dan nilai t tabel sebesar 1,970 dan/atau -1,970. Berdasarkan tabel 8 hasil uji t dapat dijabarkan sebagai berikut:

1) Hipotesis 1

H01: Tidak terdapat pengaruh positif antara intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik.

H_{a1}: Terdapat pengaruh positif antara intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil uji t pada variabel intensitas bermain *game online* (X1) terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y) dapat dilihat pada tabel 4.10 yaitu pada model 1. Nilai thitung sebesar 4,597 sedangkan ttabel yang digunakan 1,970 dengan kata lain $4,597 > 1,970$ serta nilai signifikan $0,000 < 0,050$ maka variabel intensitas bermain *game online* (X1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima.

2) Hipotesis 2

H₀₁: Tidak terdapat pengaruh negatif antara konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik.

H_{a1}: Terdapat pengaruh negatif antara konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil uji t pada variabel konformitas teman sebaya (X2) terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y) dapat dilihat pada tabel 4.10 yaitu pada model 1. Nilai thitung sebesar -5,798 sedangkan ttabel yang digunakan -21,699 dengan kata lain $-5,798 > -21,699$ serta nilai signifikan $0,000 < 0,050$ maka variabel konformitas teman sebaya (X2) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima.

3) Hipotesis 3

H₀₁: Tidak terdapat pengaruh negatif antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik.

H_{a1}: Terdapat pengaruh negatif antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil uji t pada variabel regulasi diri (X3) terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y) dapat dilihat pada tabel 4.10 yaitu pada model 1. Nilai thitung sebesar -55,341 sedangkan ttabel yang digunakan -1,970 dengan kata lain $-55,341 < -1,970$ serta nilai signifikan $0,000 < 0,050$ maka variabel regulasi diri (X3) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima

3) Analisis Koefisien Determinasi

Tabel 9. Analisis Koefien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,126	0,016	0,003	0,50763

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan hasil koefisien determinasi dari model regresi intensitas bermain *game online* (X1), konformitas teman sebaya (X2), dan regulasi diri (X3) terhadap prokrastinasi akademik (Y). Dapat dilihat nilai R square dalam tabel sebesar 0,945 atau 94,5%. Hal tersebut dapat diartikan bahwa kemampuan regresi intensitas bermain *game online* (X1), konformitas teman sebaya (X2), dan regulasi diri (X3) dalam mempengaruhi prokrastinasi akademik (Y) sebesar 94,5% sementara sisanya 5,5% dipengaruhi oleh variabel lain diluar faktor tersebut.

PEMBAHASAN

1) Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* terhadap Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan persamaan analisis regresi linier berganda menunjukkan hasil sebesar 0,070. Nilai tersebut merupakan hasil positif yang menunjukkan adanya hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan prokrastinasi akademik. Hasil uji t juga dapat nilai t_{hitung} sebesar 4,597 yang lebih besar dari t_{tabel} yaitu 1,970 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 dapat disimpulkan bahwa intensitas bermain *game online*

berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Maka dari itu dapat disimpulkan hipotesis H_01 ditolak dan H_a1 diterima.

Hasil penelitian ini didukung dengan keadaan lapangan melalui kuesioner dengan indikator frekuensi dan lamanya bermain. Indikator frekuensi menggambarkan banyaknya pengulangan waktu bermain *game online* lebih dari 3 kali sehari. Indikator lamanya bermain menggambarkan durasi waktu siswa SMA Negeri 7 Surakarta dalam hitungan satuan jam tinggi dikarenakan rata-rata siswa bermain *game online* lebih dari 2 jam dalam sehari.

Bermain *game online* menjadi aktivitas yang sering dilakukan siswa di SMA Negeri 7 Surakarta, karena menyediakan hiburan yang interaktif membuat siswa menghabiskan waktu lebih lama daripada yang direncanakan. Intensitas bermain game online meningkat, membuat kegiatan akademik menjadi teralihkan. Intensitas bermain *game online* yang tinggi dapat mengakibatkan dampak negatif pada perilaku akademik siswa yang membuat siswa menunda (prokrastinasi) dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah. Siswa cenderung bermain *game online* sehingga menyebabkan kehilangan motivasi untuk menyelesaikan tugas akademik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian Sandya dan Ramadhani (2021, hlm.212) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik, semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik.

2) Pengaruh Konformitas Teman Sebaya terhadap Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan persamaan analisis regresi linier berganda menunjukkan hasil sebesar -0,342. Nilai tersebut merupakan hasil negatif yang menunjukkan adanya hubungan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik. Hasil uji t juga dapat nilai t_{hitung} sebesar -21,699 yang lebih besar dari t_{tabel} yaitu -1,970 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Maka dari itu dapat disimpulkan hipotesis H_02 ditolak dan H_a2 diterima.

Hasil penelitian ini didukung dan didapatkan dari pengumpulan data melalui kuesioner dengan indikator konformitas teman sebaya. Indikator kepercayaan terhadap kelompok menggambarkan kepercayaan pendapat siswa dengan kelompok teman sebaya. Indikator kepercayaan yang lemah terhadap diri sendiri menggambarkan kurangnya percaya diri dan akan lebih mudah terpengaruh dengan kelompok teman sebaya. Indikator rasa takut pada penyimpangan menggambarkan keadaan individu yang takut menyimpang pada kelompok teman sebayanya. Indikator kekompakan kelompok menggambarkan penyesuaian diri dan perhatian siswa dalam kelompok teman sebayanya. Indikator kesepakatan kelompok menggambarkan kepercayaan dan persamaan pendapat siswa dengan kelompok teman sebaya. Berdasarkan indikator tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa mempunyai kepercayaan terhadap kelompok, kepercayaan yang lemah terhadap diri sendiri, rasa takut pada penyimpangan, kekompakan kelompok dan kesepakatan kelompok dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Siswa yang memiliki konformitas teman sebaya yang rendah akan mempunyai kepercayaan diri yang kuat sehingga dapat menghindari perilaku prokrastinasi akademik sedangkan siswa yang mempunyai konformitas teman sebaya yang tinggi dapat menimbulkan siswa melakukan perilaku prokrastinasi akademik sehingga terpengaruh oleh teman sebayanya. Maka dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya dapat berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Masa remaja termasuk dalam periode di mana pengaruh teman sebaya sangat kuat. Di SMA Negeri 7 Surakarta, banyak siswa yang merasa tekanan untuk menyesuaikan diri dengan perilaku dan norma kelompok teman mereka. Konformitas teman sebaya yang negatif, apabila kelompok teman sebaya cenderung lebih fokus pada kegiatan seperti

bermain *game online*, atau aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan akademik. Maka siswa yang berada dalam kelompok tersebut akan lebih cenderung melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini terjadi karena ingin diterima dan tidak ingin terhindari dari kelompoknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan Imansyah & Setyawan (2018, hlm. 236) dan Panzola & Taufik (2022, hlm.20) yang menjelaskan bahwa konformitas teman sebaya yang rendah dapat meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik. Bertolak dengan penelitian Azizah & Kardiyem (2020, hlm.127) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

3) Pengaruh Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan persamaan analisis regresi linier berganda menunjukkan hasil sebesar $-0,826$. Nilai tersebut merupakan hasil negatif yang menunjukkan adanya hubungan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik. Hasil uji t juga dapat nilai t_{hitung} sebesar $-55,341$ yang lebih besar dari t_{tabel} yaitu $-1,970$ dan nilai signifikansi sebesar $0,000$ yang lebih kecil dari $0,05$ dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Maka dari itu dapat disimpulkan hipotesis H_02 ditolak dan H_a2 diterima.

Hasil penelitian ini didapatkan didukung dari pengumpulan data dilapangan melalui kuesioner dengan indikator regulasi diri. Indikator metakognitif menggambarkan rasa ingin tahu dengan cara kognisi. Indikator motivasi menggambarkan dorongan seseorang dalam dirinya. Indikator perilaku menggambarkan sikap individu dalam merespon kegiatan. Berdasarkan indikator tersebut dapat diartikan bahwa melalui regulasi diri dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik karena siswa membutuhkan metakognitif, motivasi dan perilaku untuk melakukan kegiatan agar terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik. Adanya regulasi diri yang besar akan menghindarkan siswa terhadap perilaku prokrastinasi akademik, dapat disimpulkan bahwa semakin besar regulasi diri maka semakin kecil prokrastinasi akademik.

Dengan belajar regulasi diri, secara metakognitif siswa dapat aktif merencanakan, mengorganisasi, mengatur diri dan mengevaluasi diri pada berbagai tahap dalam proses belajar. Pada motivasi siswa yang meregulasi diri dalam belajar menunjukkan efikasi diri, atribusi diri dan memiliki minat terhadap belajar serta menunjukkan usaha dan ketekunan yang tinggi dalam belajar. Secara perilaku, siswa yang belajar dengan regulasi diri akan aktif memilih, menstruktur, dan menciptakan lingkungan yang dapat meningkatkan belajar.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Pujiastuti, Dkk (2023, hlm.4) dan Ardina & Wulan (2016, hlm. 73) menyatakan bahwa regulasi diri berpengaruh negatif dan signifikan pada prokrastinasi akademik, hal ini dapat diartikan bahwa ditemukan hubungan terbalik yaitu regulasi diri yang semakin tinggi, maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Secara umum siswa yang mempunyai regulasi diri dalam belajar maka akan menggunakan waktu sesuai dan mengarah pada perilaku yang lebih baik dalam belajar, sedangkan orang yang mempunyai regulasi diri yang rendah dalam belajar tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya, sehingga akan lebih mementingkan sesuatu yang lebih menyenangkan.

KESIMPULAN

- 1) Ditemukan pengaruh signifikan dan positif intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini terbukti dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($4,597 > 1,970$) dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sehingga semakin tinggi intensitas *bermain game online* maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik.
- 2) Ditemukan pengaruh signifikan dan negatif konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini terbukti dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($-21,699 < -1,970$) dan

nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sehingga semakin tinggi konformitas teman sebaya maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik.

- 3) Ditemukan pengaruh signifikan dan negatif regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini terbukti dengan t hitung $> t$ tabel ($-55,341 < -1,970$) dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sehingga semakin tinggi intensitas regulasi diri maka akan semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik.

REKOMENDASI

Penelitian ini memberikan rekomendasi untuk penelitian berikutnya dengan menggunakan variabel lain dari penelitian ini dan dapat mengembangkan efektivitas berbagai metode intervensi yang dapat digunakan untuk mengurangi prokrastinasi akademik di kalangan siswa. Penelitian ini dapat dijadikan dasar penelitian selanjutnya dalam bidang pendidikan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu proses penelitian ini hingga selesai, khususnya responden yaitu siswa SMA Negeri 7 Surakarta. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat sebagai referensi dan literatur bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Yaningsih, S., & Fachrurrozie, F. (2019). Self-Regulated Learning Memoderasi Pengaruh Media Sosial, Ekstrakurikuler, Dan Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi akademik. In *Economic Education Analysis Journal* (Vol. 7, Issue 3, pp. 909–923). <https://doi.org/10.15294/eeaj.v7i3.28321>
- Ramdhani, P. (2013). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 72–78. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i2.328>
- Herawati, M., & Suyahya, I. (2019). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Islam Ruhama. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI*, 2(December). <https://doi.org/10.30998/prokaluni.v2i0.148>
- Özer, B. U., & Ferrari, J. R. (2011). Gender orientation and academic procrastination: Exploring Turkish high school students. *Individual Differences Research*, 9(1), 33–40.
- Permana, B. (n.d.). Gambaran Prokrastinasi Akadeik Siswa SMA DarulL Falah Cililin Bayu Permana. 2(3), 87–94.
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 44–49. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.14946>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984a). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.4.503>
- Hanifa, H. P., & Muslikah, M. (2019). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dengan Kepatuhan Terhadap Tata Tertib Sekolah. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 136. <https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5092>
- Horrigan, J. B. (2000). New Internet Users : What They Do Online , What They Don ' t , and Implications for the 'Net ' s Future. *Pew Internet and American Life Project.*, 1–27. https://www.pewinternet.org/wp-content/uploads/sites/9/media/Files/Reports/2000/New_User_Report.pdf.pdf
- Rizki, A., & Umayah, D. U. (2021). Analisis Pengukuran Regulasi Diri. *Empati-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 137–144. <https://doi.org/10.26877/empati.v8i2.8957>

Zahra, Y., & Hernawati, N. (2015). Prokrastinasi Akademik Menghambat Peningkatan Prestasi Akademik Remaja di Wilayah Perdesaan. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, <https://doi.org/10.24156/jikk.2015.8.3.163>