

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perilaku menunda-nunda menjadi suatu fenomena yang sangat umum dikalangan pelajar dan menjadi suatu permasalahan yang paling besar pada Perguruan Tinggi. Dimana mahasiswa suka untuk menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas-tugas penting dengan mengalihkannya pada pada kegiatan yang lain. Mahasiswa bisa melakukan penundaan pada tugasnya dalam kurun waktu yang singkat atau bahkan berhari-hari dan bahkan mereka tidak merasa bersalah dengan kegiatannya. Perilaku menunda-nunda ini disebut juga dengan perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi dalam bidang akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.

Penelitian yang dilakukan oleh Muyana pada mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Prodi Bimbingan Konseling ditemukan jika prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa termasuk dikategori yang sangat tinggi sebesar 6%, tinggi 81%, sedang 13% dan rendah 0%, artinya setiap mahasiswa cenderung berperilaku prokrastinasi. Pada penelitian ini juga dijelaskan bahwa faktor yang menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebagai berikut, keyakinan terhadap kemampuan, faktor sosial, gangguan perhatian inisiatif pribadi, kemalasan, serta manajemen waktu.<sup>1</sup> Perilaku prokrastinasi akademik

---

<sup>1</sup>Siti Muyana, "Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling", *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 8 No. 2, 2018, 50-51.

juga terjadi pada mahasiswa tingkat akhir prodi Psikologi Islam IAIN Kediri. Banyak dari mahasiswa tingkat akhir yang melakukan penundaan dalam pengerjaan skripsi, akibatnya banyak dari mereka yang tidak lulus tepat waktu. Alasan mereka melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsi cukup beragam mulai dari ketakutan saat bimbingan, malas, pengaruh dari orang lain dan lainnya. Dari data yang diperoleh dari Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri ada sekitar 125 mahasiswa angkatan 2017 (semester 14) dan 2018 (semester 12) yang belum selesai dengan tugas akhirnya atau skripsi.<sup>2</sup>

Menurut Ferrari prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan dalam menunda untuk memulai atau menyelesaikan suatu pekerjaan, beberapa orang merasa nyaman dengan melakukan perilaku menunda-nunda pekerjaan dan merasa tidak bersalah akan hal tersebut dan lebih suka melakukan aktivitas lain agar dapat menghindari tugasnya.<sup>3</sup> Ferrari mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek prokrastinasi akademik, yaitu penundaan untuk memulai serta menyelesaikan tugas, keterlambatan pada penyelesaian tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, dan beraktivitas lain yang lebih menyenangkan.<sup>4</sup> Prokrastinasi akademik dapat mengakibatkan dampak negatif bagi individu yang melakukan perilaku tersebut. Dampak yang diakibatkan adalah 1) performa akademik yang rendah, 2) stres yang tinggi, 3) menyebabkan penyakit, dan 4) kecemasan yang tinggi.<sup>5</sup> Menurut

---

<sup>2</sup>Data Akademik Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri, 25 Oktober 2023.

<sup>3</sup>Joseph R. Ferrari, *Still Procrastinating? The No Regrets Guide to Getting It Done* (New York: Willey, 2010).

<sup>4</sup>Joseph R. Ferrari Dkk, *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment* (New York: Plenum Press, 1995), 82.

<sup>5</sup>Luhur Wicaksono, "Prokrastinasi Akademik Mahasiswa", *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, Vol.2 No.2, 2017, 70.

Shancez dan Barriero dikutip dari Arias penundaan merupakan suatu produk dari beberapa faktor, salah satu faktornya yaitu pengendalian diri, harapan pencapaian diri yang rendah, kurangnya pengaturan diri, konformitas, serta faktor-faktor lainnya.<sup>6</sup>

Berdasarkan wawancara pada salah satu mahasiswa, diperoleh data bahwa keterlambatan dalam menyelesaikan skripsinya diakibatkan karena, mahasiswa tersebut menunggu perasaannya bagus terlebih dahulu agar dapat mengerjakan skripsinya dengan baik. Jika perasaannya kurang bagus mahasiswa tersebut tidak akan mengerjakan skripsinya. Selain itu ia juga mengatakan bahwa kalau tidak ada teman untuk bimbingan ia tidak akan berangkat untuk bimbingan.<sup>7</sup> Pengaruh teman ini disebut dengan konformitas, dalam penelitian yang dilakukan oleh Shancez dan Barriero jika penundaan dapat terjadi karena adanya faktor konformitas. Faktor konformitas sendiri muncul karena mahasiswa cenderung beraktivitas dengan teman-temannya seperti mengerjakan tugas bersama, melakukan bimbingan bersama, dan melakukan kegiatan-kegiatan lain secara bersama-sama. Hal ini mengakibatkan mahasiswa memiliki kebiasaan yang sama dengan teman-temannya.

Baron dan Byrne mengatakan bahwa konformitas merupakan sebuah jenis pengaruh sosial pada seseorang dapat memberikan perubahan perilaku mereka agar dapat sesuai dengan norma sosial yang berlaku.<sup>8</sup> Baron dan Byrne juga mengungkapkan jika terdapat dua aspek konformitas yaitu, pengaruh sosial

---

<sup>6</sup>Arias Chávez Dkk, "Academic Procrastination, Self-esteem, and Self-efficacy In First-term University Students In The City Of Lima", *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, Vol.11 No.10, 2020.

<sup>7</sup>Hasil Wawancara Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri, 10 Oktober 2023.

<sup>8</sup>Baron dan Byrne, *Psikologi Sosial jilid 2 Edisi Kesepuluh* (Jakarta : Erlangga, 2002), 53.

normatif dan pengaruh sosial informatif.<sup>9</sup> Hubungan antara konformitas dengan prokrastinasi diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Cinthia Ratu Rindita dan Erin Ratna Kustanti dengan judul, "Hubungan Antara Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa". Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa jurusan Teknik Industri, Fakultas Teknologi Industri, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" (UPNV) Yogyakarta angkatan 2014 dan 2015, sebanyak 160 mahasiswa menjadi subjek dalam penelitian ini. Hasil analisis diketahui bahwa sebanyak 63,1% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah, sangat rendah 2,5%, tinggi 28,1% dan sangat tinggi 6,3%. Pada variabel konformitas diketahui bahwa 43,8% mahasiswa mempunyai tingkat konformitas yang rendah, sangat rendah 2,5%, tinggi 32,5% dan sangat tinggi 21,3%. Hipotesis penelitian menunjukkan jika terdapat hubungan positif dan signifikan antara konformitas dengan prokrastinasi akademik. Perilaku konformitas menyumbang nilai sebesar 18,6% pada prokrastinasi akademik.<sup>10</sup>

Pada hasil wawancara lain, diketahui bahwa konformitas tidak hanya menjadi faktor mahasiswa melakukan prokrastinasi. Kecemasan akademik juga memberikan pengaruh pada mahasiswa agar melakukan prokrastinasi akademik, mahasiswa tersebut mengatakan bahwa keterlambatannya dalam menyelesaikan skripsi diakibatkan karena perasaan takut kepada dosen pembimbing, mahasiswa juga merasa cemas jika menunggu dosen pembimbing dan takut jika revisi skripsinya banyak.<sup>11</sup> Hasil wawancara ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Binder yang dikutip dari Rahmatia dan Nur Halim, jika perilaku

---

<sup>9</sup>Ibid., 62.

<sup>10</sup>Rindita Ratu Cinthia dan Erin Ratna Kustanti, "Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa", *Jurnal Empati*, Vol. 6 No. 2, 2017.

<sup>11</sup>Hasil Wawancara Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri, 10 Oktober 2023.

prokrastinasi akademik dapat disebabkan oleh kecemasan dalam diri.<sup>12</sup> Terdapat sebuah pandangan terhadap tugas yang memaksa untuk mengerjakannya dengan kemampuan lebih memunculkan perasaan takut akan kegagalan serta ketidakmampuan, hal tersebut yang mendasari munculnya kecemasan.<sup>13</sup>

Valiante dan Pajares mengemukakan jika kecemasan akademik adalah perasaan tegang dan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi, perasaan tersebut dapat mengganggu dalam pelaksanaan pengerjaan tugas atau aktivitas dalam akademik.<sup>14</sup> Menurut Holmes bahwa ada beberapa aspek yang dapat mempengaruhi kecemasan akademik yaitu komponen kognitif, komponen motorik, komponen mood (psikologis), dan komponen somatik.<sup>15</sup> Hubungan antara kecemasan akademik dengan prokrastinasi diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan Roidah, Wilson dan Achmad dengan judul "Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan Masyarakat dalam Melaksanakan PLP FKIP UNRI". Subjek pada penelitian ini merupakan mahasiswa Program Studi Pendidikan Masyarakat tahun masuk 2017 Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP UNRI (Universitas Riau) yang berjumlah 49 mahasiswa. Pada variabel prokrastinasi menunjukkan bahwa responden memiliki prokrastinasi pada kategori sedang sebesar 57%, tinggi sebesar 43%,

---

<sup>12</sup>Rahmatia dan Nur Halim, "Model Pengentasan Sikap Prokrastinasi Akademik (Studi Pengembangan Berbasis Cognitive Behavior Theraphy)", *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, Vol. 1 No. 2, 2015, 137.

<sup>13</sup>Meilani Marinda Ompusunggu, "Pengaruh Manajemen Waktu dan Kecenderungan Kecemasan Terhadap Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa", *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol.10 No.02, 2022, 243.

<sup>14</sup>Giovanni Valiante dan Frank Pajares, "The inviting/disinviting index: Instrument validation and relation to motivation and achievement", *Journal of Invitational Theory and Practice*, Vol.6 No.1, 1999, 33.

<sup>15</sup>Marilyn Holmes dan Michelle G. Newman, "Generalized Anxiety Disorder", In F. Andrasik (Ed.), *Comprehensive Handbook Of Personality And Psychopathology: Vol. 2. Adult Psychopathology*. John Wiley & Sons, Inc. 2006.

dan rendah sebesar 2%. Pada variabel kecemasan menunjukkan bahwa responden memiliki kecemasan akademik pada kategori sedang sebesar 62%, tinggi sebesar 24%, dan rendah sebesar 14%. Dapat diketahui bahwa hubungan tingkat kecemasan dengan prokrastinasi sebesar 45,10% dan sisanya 54,90% dipengaruhi oleh faktor lain.<sup>16</sup>

Berdasarkan penjabaran permasalahan di atas, maka perlu dilakukan kajian empiris agar dapat mengetahui hubungan antara konformitas dan kecemasan akademik dengan perilaku prokrastinasi akademik. Khususnya terkait perilaku prokrastinasi akademik, karena perilaku prokrastinasi akademik ini menjadi masalah yang sangat serius bagi mahasiswa tingkat akhir. Oleh karena itu peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian mendalam terkait **“Hubungan Antara Konformitas dan Kecemasan Akademik Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir (Angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dari fenomena yang dijabarkan di atas, maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Adakah hubungan positif antara konformitas dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri?

---

<sup>16</sup>Siti Roidah Dkk, “Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan Masyarakat dalam Melaksanakan PLP FKIP UNRI”, *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, Vol. 8 No. 1, 2022.

2. Adakah hubungan positif antara kecemasan akademik dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri?
3. Adakah hubungan antara konformitas dan kecemasan akademik dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018)) Psikologi Islam IAIN Kediri?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini memiliki tujuan antara lain:

1. Mengetahui hubungan positif antara konformitas dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.
2. Mengetahui hubungan positif antara kecemasan akademik dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.
3. Mengetahui hubungan antara konformitas dan kecemasan akademik dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah:

### **1. Manfaat secara teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada data serta hasil analisis terkait adanya hubungan antara konformitas dan kecemasan akademik dengan perilaku prokrastinasi akademik, sehingga dapat memperkaya kajian-kajian psikologi.

### **2. Manfaat secara praktis**

- a. Bagi mahasiswa, diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat berkontribusi serta memberikan masukan terhadap mahasiswa untuk wacana pemikiran terkait dengan konformitas, kecemasan akademik dan prokrastinasi akademik, sehingga mahasiswa mampu memahami serta mengetahui tanggung jawabnya sebagai mahasiswa sehingga dapat meminimalisir ataupun mencegah terjadinya prokrastinasi akademik.
- b. Bagi pihak IAIN Kediri, diharapkan dengan penelitian ini dapat memberikan kontribusi serta sumbangan ilmu pengetahuan dan informasi terkait konformitas, kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan pada penelitian ini semoga berkontribusi sebagai rujukan atau referensi dalam penelitian selanjutnya, terutama berkaitan dengan konformitas, kecemasan akademik dan prokrastinasi akademik.



## **E. Asumsi Penelitian**

Asumsi penelitian adalah dugaan dasar terkait perkara yang dijadikan sebagai landasan berpikir serta bertindak pada pelaksanaan penelitian.<sup>17</sup> Asumsi pada penelitian ini adalah konformitas dan kecemasan akademik memiliki hubungan dengan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri, yaitu semakin tinggi konformitas dan kecemasan akademik maka semakin tinggi pula perilaku prokrastinasi akademik dan sebaliknya semakin rendah konformitas dan kecemasan akademik maka rendah pula perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.

## **F. Batasan Penelitian**

Untuk memudahkan dalam melakukan penelitian ini, maka penulis membatasi penelitian ini agar sesuai dengan tujuannya, batasan dalam penelitian ini meliputi:

1. Variabel independent (bebas) adalah konformitas dan kecemasan akademik
2. Sampel yang dijadikan objek penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.
3. Lokasi penelitian adalah IAIN Kediri Prodi Psikologi Islam.
4. Instrumen yang digunakan adalah angket yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek teori konformitas dari Baron dan Byrne, kecemasan

---

<sup>17</sup>Dr. J. R. Raco, ME., M.Sc, Metode Penelitian Kuantitatif: Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya, (Jakarta: PT Gramediasarana Indonesia, 2010).

akademik menggunakan aspek dari Holmes, dan prokrastinasi akademik menggunakan aspek dari Ferrari.

## **G. Penelitian Terdahulu**

1. Jurnal penelitian oleh Usman, Rahmawati dan Risna dengan judul “*Hubungan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Program Khusus Angkatan 2020 Dengan Prokrastinasi Skripsi Selama Masa Pandemi Covid-19 di Stikes Maharini Malang*”.<sup>18</sup> Populasi dalam penelitian ini berjumlah 67 orang dengan sampel sebanyak 58 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Metode analisa data menggunakan uji Spearman Rank menggunakan SPSS 20. Hasil analisis didapatkan hubungan antara tingkat kecemasan dengan prokrastinasi skripsi sebesar 0,873 dengan nilai signifikasi (p) sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti tingkat kecemasan dengan prokrastinasi skripsi memiliki hubungan yang sangat kuat dan signifikan, dengan arah korelasi positif. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian kali ini adalah penelitian kali ini menggunakan tiga variabel, serta subjek yang diteliti adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.
2. Jurnal penelitian oleh Rhendy Christian dengan judul “*Prokrastinasi dan Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Surabaya*”. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 385 mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan membagikan angket. Hasil dari penelitian

---

<sup>18</sup>Usman Mansur Dkk, “Hubungan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Program Khusus Angkatan 2020 Dengan Prokrastinasi Skripsi Selama Masa Pandemi Covid-19 di Stikes Maharini Malang”, *Scientific Journal of Nursing*, Vol.8 No.2, 2022.

ini menunjukkan adanya korelasi positif yang sangat signifikan antara prokrastinasi dan kecemasan ( $r = 0,311$ ;  $p = 0,000$ ).<sup>19</sup> Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian kali ini adalah penelitian kali ini menggunakan tiga variabel. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* serta subjek yang diteliti adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.

3. Jurnal penelitian oleh Yunaldy dan Imam dengan judul “*Peran Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Laki-laki MA Boarding School Al-Irsyad*”. Populasi dari penelitian ini berjumlah 441 orang dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 214 Orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara konformitas teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada siswa laki - laki MA boarding school Al-Irsyad ( $r=0,627$ ;  $p=0,000$ ).<sup>20</sup> Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian kali ini adalah pada penelitian kali ini menggunakan tiga variabel dan pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, dan subjek yang diteliti adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.
4. Jurnal penelitian oleh Nur Azizah dan Kardiyem “*Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi*

---

<sup>19</sup>Rhendy Christian Sutjipto, “Prokrastinasi dan Kecemasan Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Surabaya”, *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol.1 No.1, 2013.

<sup>20</sup>Yunaldy Imansyah dan Imam Setyawan, “Peran Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Laki-laki MA Boarding School Al-irsyad”, *Jurnal Empati*, Vol.7 No.4, 2019.

*Akademik dengan Academic Hardiness sebagai Variabel Moderasi*". Populasi dalam penelitian ini berjumlah 426. Sebanyak 206 mahasiswa sebagai sampel. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan perfeksionisme berpengaruh secara negatif dan tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik sedangkan konformitas berpengaruh positif dan tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik.<sup>21</sup> Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian kali ini adalah penelitian terdahulu menggunakan empat variabel, sedangkan dalam penelitian kali ini menggunakan tiga variabel, serta subjek yang akan diteliti pada penelitian kali ini adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.

5. Jurnal penelitian oleh Ilmiyati Fatmahendra dan Suci Nugraha dengan judul "Hubungan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung". Mengambil populasi dari 11.791 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan non-probability sampling dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang sedang dan signifikan antara state anxiety dan prokrastinasi akademik sebesar 0,515.<sup>22</sup> Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian kali ini adalah penelitian kali ini hanya menggunakan tiga variabel dan pengambilan sampel menggunakan

---

<sup>21</sup>Nur Azizah dan Kardiyem, "Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Academic Hardiness Sebagai Variabel Moderasi", *Economic Education Analysis Journal*, Vol.9 No.1, 2020.

<sup>22</sup>Ilmiyanti Fatmahendra dan Suci Nugraha, "Hubungan Kecemasan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung", 2018.

*simple random sampling* serta subjek yang diteliti adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2017 dan 2018) Psikologi Islam IAIN Kediri.

## **H. Definisi Operasional**

Definisi operasional merupakan definisi dari variabel yang sedang diteliti menjadi bersifat operasional dalam kaitannya dengan proses mengukur variabel. Definisi operasional memungkinkan sebuah konsep yang bersifat operasional sehingga memudahkan peneliti dalam melakukan pengukuran.<sup>23</sup> Definisi operasional dari masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1. Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai atau menyelesaikan suatu tugas dalam bidang akademik, dan lebih memilih melakukan aktivitas lain sebagai pengindaran dalam mengerjakan tugas. Terdapat empat faktor prokrastinasi akademik, yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

### **2. Konformitas**

Konformitas merupakan suatu jenis pengaruh sosial yang dimana individu dapat mengubah perilaku yang ia yakini agar sesuai dengan norma sosial yang ada dalam suatu kelompok agar terhindar dari penolakan.

---

<sup>23</sup>Limas Dodi, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2015), 95.

Terdapat dua aspek konformitas, yaitu pengaruh sosial normatif dan pengaruh sosial informatif.

### **3. Kecemasan Akademik**

Kecemasan akademik merupakan suatu perasaan tegang dan ketakutan dan kurang yakin pada sesuatu yang akan terjadi, karena kemungkinan kemampuan yang ditampilkan oleh individu tidak dapat diterima dengan baik saat pelaksanaan tugas akademik dan perasaan tersebut dapat mengganggu dalam aktivitas akademik. Terdapat empat aspek kecemasan akademik, yaitu komponen mood (psikologi), komponen motorik, komponen kognitif, dan komponen somatik.