

PENGARUH REGULASI DIRI DAN KELEKATAN TEMAN SEBAYA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS XI SMK NEGERI 5 MADIUN

Erlin Aulia Sari¹, Ratih Christiana^{2*}, Ibnu Mahmudi³

^{1,2,3}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Madiun

Email: *ratihchristiana@unipma.ac.id

Kata Kunci / Keywords:	Abstrak / Abstract
Konseling kelompok, <i>Symbolic modeling</i> , Etika berbicara.	Penelitian ini berdasarkan pengamatan secara langsung dikelas VIII SMPN 2 Geger, adalah : 1) saat proses belajar mengajar, ketika siswa berbicara dengan temannya. 2) Sebagian siswa ketika berbicara tidak menatap lawan bicaranya, dan 3) menggunakan bahasa yang kasar, menggunakan nada tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik <i>symbolic modeling</i> terhadap peningkatan etika berbicara siswa kelas VIII SMPN 2 Geger Tahun Ajaran 2018/2019. Penelitian ini merupakan kuantitatif desain <i>eksperimen</i> dengan rancangan penelitian <i>one group pre-test</i> dan <i>post-test</i> . Populasi penelitian ini sebanyak 162 siswa kelas VIII dengan sampel penelitian sebanyak 15 siswa. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Metode pengumpulan data menggunakan <i>angket</i> etika berbicara dengan <i>skala likert</i> . Teknik analisis data menggunakan t-test. Hasil penelitian ini setelah dianalisis menggunakan t-test menunjukkan bahwa ada peningkatan etika berbicara. Pengujian hipotesis menggunakan perhitungan <i>wilcoxon sign rank test</i> , diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.001, dimana kurang batas kritis penelitian 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik <i>symbolic modeling</i> berpengaruh untuk meningkatkan etika berbicara siswa kelas VIII SMPN 2 Geger Madiun Tahun Ajaran 2018/2019.
<i>Group counseling</i> , <i>Symbolic modeling</i> , <i>Ethics speaking</i> .	<i>This research is based on direct observations in class VIII SMPN 2 Geger, are: 1) during the teaching and learning process, when students talk to their friends. 2) Some students when speaking do not look at their interlocutors, and 3) use abusive language, use high notes. This study aims to determine the effect of group counseling with symbolic modeling techniques on improving the speaking ethics of VIII grade students of SMPN 2 Geger in the Academic Year 2018/2019. This research is a quantitative experimental design with one group pre-test and post-test research designs. The population of this study was 162 students of class VIII with a sample of 15 students. The research sample was taken using purposive sampling technique. Data collection methods use the ethics questionnaire to speak with the help of a Likert scale. Data analysis techniques using the Wilcoxon test. The results of this study after being analyzed using the t- test showed that there was an increase in speaking ethics. From the results of hypothesis testing using the t-test with sign rank test calculation, obtained a significance value of 0.001, which lacks a critical limit of research 0.05, it can be concluded that group counseling with symbolic modeling techniques has an effect on improving the speaking ethics of eighth grade students of SMPN 2 Geger Madiun Academic Year 2018/2019.</i>

PENDAHULUAN

Kemampuan untuk mengontrol diri disebut regulasi diri, memiliki kesadaran dalam hal penetapan tujuan belajar, penyusunan jadwal belajar, penyusunan jadwal penyelesaian tugas, pembuatan catatan yang berkaitan dengan pelajaran akademik di sekolah, menyimpan hasil tes atau ulangan harian untuk evaluasi diri, dan memberikan *reward* atau *punishment* terhadap tindakan yang sudah dilakukan sebagai penghargaan diri atas apa yang akan dicapai seorang siswa. Wanruhmi (2019) tingginya regulasi diri termasuk dalam pendalihan pikiran, perasaan serta perilaku saat proses mencapai tujuan, dan memiliki hubungan terhadap diri sendiri yang baik. Sikap regulasi diri siswa tercermin dalam kenyataan pada saat proses pembelajaran khususnya di SMK Negeri 5 kota Madiun. Sesuai dengan informasi terkait permasalahan siswa yang didapat dari guru BK ketika melakukan magang 3 di SMK Negeri 5 kota Madiun bahwa banyak siswa yang kurang dalam hal mengontrol dan mengatur perilakunya yang berhubungan dengan akademik seperti lebih sering malas untuk belajar, kurang bisa mengatur waktu untuk menyelesaikan kewajibannya sebagai seorang siswa yaitu mengerjakan tugas dan sering terlambat untuk melakukan absen daring dipagi hari karena kurang bisa mengatur jam tidur di malam harinya sehingga pada saat absen daring belum bangun tidur.

Pembelajaran secara daring akibat pandemi covid 19 membuat guru BK harus bekerja lebih dalam mengontrol proses belajar siswa. Menurut Nursyahrrohmah (2017) hubungan baik akan membantu dalam perkembangan sosial anak. Kemudian masa dari remaja awal adalah masa perpindahan, periode atau masa ini penting dikarena terjadi perubahan aspek biologis, kognitif, dan sosial. Apabila hubungan dari kelekatan teman sebaya kuat maka akan membentuk kasih sayang dalam sebuah kelekatan yang erat dan baik. Dibuktikan pada saat melakukan magang 3 di SMK Negeri 5 madiun, informasi yang didapat dari guru BK dan observasi mandiri berupa layanan bimbingan konseling individu bahwa kondisi yang terjadi disekolah dimana dulunya siswa dapat berinteraksi secara langsung dengan teman sebaya sehingga terbentuk kelekatan yang baik dengan teman sebayanya. Namun sekarang kelekatan dengan teman sebaya sangat sulit untuk terbentuk. Akibatnya kurang mampu mengatur diri dan tidak terbentuk kelekatan dengan teman sebayanya maka siswa akan tertinggal dalam proses pembelajaran. Padahal menurut Crisna et al (2020) siswa dapat melakukan hal-hal positif disekolah seperti *mengupgrade* diri dengan mengikuti ekstrakurikuler, membaca buku, dan berinteraksi baik berkat adanya hubungan yang baik dengan teman sebaya.

Agar proses pembelajaran berjalan dengan baik dan kelekatan teman sebaya dapat terbentuk maka diperlukan komunikasi yang lebih sering dan lebih intensif. Apabila berhasil membangun kelekatan teman sebaya diharapkan dapat membantu siswa dalam melakukan proses kegiatan dengan baik. Seperti belajar bersama walaupun secara daring dan tidak ada lagi yang menunda untuk mengerjakan tugas. Menunda-nunda atau mengulur waktu mengerjakan tugas disebut prokrastinasi akademik. Menurut Triyono & Khairi (2018) Prokrastinasi akademik dikatakan perilaku menunda-nunda tugas atau pekerjaan yang berhubungan dengan tugas formal dalam lingkup akademik. Kondisi yang sedang terjadi disekolah saat ini menurut informasi guru BK SMK Negeri 5 Madiun menjadi dasar tingginya atau meningkatnya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Hal tersebut dibuktikan ketika guru memberikan instruksi untuk mengerjakan tugas dan segera dikumpulkan, siswa sering telat mengumpulkan tugas bahkan ada yang tidak mengerjakan tugas karena suka menunda-nunda dalam mengerjakannya.

Penelitian terdahulu yang memperkuat penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman (dalam Ardina dan Wulan, 2016) bahwa hasil dari regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik ada pengaruh bersifat negatif. Hal tersebut ditunjukkan hasil regulasi diri tinggi maka hasil prokrastinasi akademik rendah. Sebaliknya hasil prokrastinasi akademik tinggi maka hasil regulasi diri rendah. Maka regulasi diri dapat dijadikan cara untuk

menangani prokrastinasi akademik agar berkurang. Menurut Ardina dan Wulan (2016) regulasi diri yang baik dapat dimanfaatkan untuk memperbaiki pengelolaan waktu dan berpengaruh dalam peningkatan akan fungsi hidup dalam jangka panjang, misalnya perubahan perilaku yang terjadi pada akademiknya. Tentunya akan berbeda hasil jika penelitian dilakukan di SMK Negeri 5 Madiun.

Penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 5 Madiun ini difokuskan pada hal yang berpengaruh dengan siswa seperti regulasi diri, kelekatan teman sebaya, prokrastinasi akademik. Meminimalisir adanya prokrastinasi akademik yang dirasakan siswa dengan mengetahui hal-hal yang berpengaruh dengan prokrastinasi akademik seperti regulasi diri dan kelekatan teman sebaya bagi siswa akan mendukung siswa untuk lebih bersemangat dalam melakukan tugasnya yang akan berpengaruh positif pada akademiknya. Adanya semangat itu akan membuat siswa merasa tidak terbebani dalam belajar. Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut yaitu pengaruh regulasi diri, kelekatan teman sebaya, prokrastinasi akademik. Peneliti memandang perlu untuk melakukan penelitian pada siswa SMK Negeri 5 Madiun dengan mengambil judul “Pengaruh Regulasi Diri dan Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 5 Madiun”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, karena gejala-gejala hasil pengamatan dikonversikan kedalam angka-angka sehingga dapat digunakan teknik statistik untuk menganalisis hasilnya. Data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka, atau yang diangkakan (*scoring*). Penelitian ini menggunakan metode *ex post facto* untuk mengetahui 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat.

Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI SMK Negeri 5 Madiun sebanyak 283 siswa. Pengambilan sampel mengacu terhadap teknik slovin (Dermawan,2014). Bahwa dari 283 populasi yang ada dipilih sejumlah 166 sampel pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Madiun. Menggunakan metode *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah Angket atau *Kuesioner*. Menurut Sugiyono (2017) teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang efisien jika penelitian tahu dengan pasti variable yang akan diukur dan tahu apa yang tidak diharapkan dari responden.

Teknik analisis data merupakan teknik yang dilakukan guna menganalisis data yang digunakan untuk memperoleh suatu jawaban dari permasalahan penelitian. Penelitian ini menggunakan Analisis Regresi linier berganda dengan menggunakan bantuan IBM *for SPSS* versi 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil SPSS yang telah dilakukan tentang pengaruh regulasi diri dan kelekatan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Madiun. Didapatkan hasil saat terjadi peningkatan kelekatan teman sebaya, maka nilai prokrastinasi akademik akan berkurang, dan begitu juga sebaliknya.

Data dari 166 responden penelitian yang mengisi instrumen angket regulasi diri. Diperoleh nilai terendah sebesar 51, nilai tertinggi 110, nilai rata-rata sebesar 83,83 serta simpangan baku sebesar 17,63.

Tabel 1. data statistik deskriptif regulasi diri

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Rdiri	166	51.00	110.00	83.8373	17.63478
Valid N (listwise)	166				

Dari 166 responden penelitian yang mengisi instrumen angket kelekatan teman sebaya. Diperoleh nilai terendah sebesar 53, nilai tertinggi 109, nilai rata-rata sebesar 83,48 serta simpangan baku sebesar 17,72.

Tabel 2. data statistik deskriptif kelekatan teman sebaya

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KTSebaya	166	53.00	109.00	83.4819	17.72234
Valid N (listwise)	166				

Dari 166 responden penelitian yang mengisi instrumen angket prokrastinasi akademik. Diperoleh nilai terendah sebesar 49, nilai tertinggi 111, nilai rata-rata sebesar 80,33 serta simpangan baku sebesar 18,35.

Tabel 3. data statistik deskriptif prokrastinasi akademik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PAkademik	166	49.00	111.00	80.3373	18.35659
Valid N (listwise)	166				

A. Uji Keabsahan Data

1. Uji Validitas

Berdasarkan hasil uji validitas instrumen angket regulasi diri diperoleh temuan penelitian bahwa dari 30 butir instrumen angket regulasi diri, keseluruhan butir instrumen valid dan dapat digunakan untuk mengambil data penelitian, temuan ini dibuktikan dengan keseluruhan butir memiliki koefisien r hitung yang lebih besar dibandingkan dengan koefisien r tabel yang telah ditentukan yaitu sebesar 0.1515.

Berdasarkan hasil uji validitas instrumen angket kelekatan teman sebaya diperoleh temuan penelitian bahwa dari 30 butir instrumen angket kelekatan teman sebaya, keseluruhan butir instrumen valid dan dapat digunakan untuk mengambil data penelitian, temuan ini dibuktikan dengan keseluruhan butir memiliki koefisien r hitung yang lebih besar dibandingkan dengan koefisien r tabel yang telah ditentukan yaitu sebesar 0.1515.

Berdasarkan tabel hasil uji validitas instrumen angket prokrastinasi akademik yang disajikan di atas, diperoleh temuan penelitian bahwa dari 30 butir instrumen angket prokrastinasi akademik, keseluruhan butir instrumen valid dan dapat digunakan untuk mengambil data penelitian, temuan ini dibuktikan dengan keseluruhan butir memiliki koefisien r hitung yang lebih besar dibandingkan dengan koefisien r tabel yang telah ditentukan yaitu sebesar 0.1515.

2. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas diperoleh temuan penelitian bahwa instrumen regulasi diri reliabel, hal ini dibuktikan dengan koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,936.

Hasil uji reliabilitas diperoleh temuan penelitian bahwa instrumen kelekatan teman sebaya reliabel, hal ini dibuktikan dengan koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,934.

Hasil uji reliabilitas diperoleh temuan penelitian bahwa instrumen prokrastinasi akademik reliabel, hal ini dibuktikan dengan koefisien *cronbach alpha* sebesar 0,936.

B. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Tabel 1.4. Hasil Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		166
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	10.63993760
	Absolute	.050
Most Extreme Differences	Positive	.043
	Negative	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.641
Asymp. Sig. (2-tailed)		.806

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Uji normalitas dengan menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* diperoleh temuan penelitian bahwa model regresi mempunyai residual yang berdistribusi normal, temuan penelitian ini dibuktikan dengan *koefisien asymp.sig.(2-tailed) = 0,806 > 0.05*. artinya H0 dari data yang diambil atau distribusinya tidak ditolak. Berdasarkan hasil pengujian tersebut, maka uji parameterik *regresi linear* berganda dapat dilakukan.

2. Uji Multikolinieritas

Tabel 1.5. Hasil Uji Collinearity

Coefficients ^a					
Model		T	Sig.	Collinearity Statistics	
				Tolerance	VIF
1	(Constant)	37.201	.000		
	RDiri	-3.144	.002	.119	8.427
	KTSebaya	-3.136	.002	.119	8.427

a. Dependent Variable: Pakademik

Uji *collinearity* dengan berbantuan *software IBM for SPSS versi 20* yang disajikan di atas, diperoleh temuan penelitian bahwa model regresi bebas dari masalah multikolinieritas, temuan penelitian ini dibuktikan dari hasil pengujian *colinearity* yang memperoleh *koefisien VIF < 10*.

3. Uji Autokorelasi

Tabel 1.6. Hasil Uji Durbin Watson

Model Summary ^b			
Model	R	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.815 ^a	10.70501	2.059
a. Predictors: (Constant), KTSebaya, RDiri			
b. Dependent Variable: PAKademik			

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh temuan penelitian bahwa model regresi bebas dari masalah *autokorelasi*, temuan penelitian ini dibuktikan dengan hasil uji *durbin watson* yang memperoleh $koefisien\ du = 1,771 < dw = 2,059 < 4 - du = 2,229$.

4. Uji Heteroskedastisitas

Berdasarkan hasil uji *glejser* memperkuat temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa model regresi bebas dari masalah *heteroskedastisitas*, yang dibuktikan dengan $koefisien\ sig > 0.05$.

Tabel 1.7. Hasil Uji Glejser

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	10.608	2.279		4.654	.000
	RDiri	-.024	.076	-.071	-.314	.754
	KTSebaya	.002	.076	.007	.032	.975
a. Dependent Variable: abs						

C. Uji Hipotesis

1. Uji Parsial t

Tujuan dari uji parsial *t* dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh dari variabel *independen* (X) terhadap variabel *dependen* (Y) secara parsial.

Tabel 1.8. Hasil Uji Parsial t

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	152.235	4.092		37.201	.000
	RDiri	-.431	.137	-.414	-3.144	.002
	KTSebaya	-.428	.137	-.413	-3.136	.002
a. Dependent Variable: PAKademik						

Kaidah pengambilan keputusan jika $koefisien\ sig < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa variabel bebas memberikan pengaruh yang *signifikan* terhadap variabel terikat. Dapat dirumuskan temuan penelitian sebagai berikut.

a. Terdapat pengaruh yang signifikan dan negatif regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik, temuan penelitian ini dibuktikan dengan koefisien sig

sebesar $0.002 < \text{ taraf signifikansi alpha sebesar } 0.05$ serta koefisien beta sebesar 0.431.

- b. Terdapat pengaruh yang signifikan dan negatif kelekatan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik temuan penelitian ini dibuktikan dengan koefisien sig sebesar $0.002 < \text{ taraf signifikansi alpha sebesar } 0.05$ serta koefisien beta sebesar 0.428. yang berarti semakin meningkat kelekatan teman sebaya maka akan semakin menurun pula prokrastinasi akademik pada siswa.

2. Uji Simultan F

Tabel 1.9. Hasil Uji Simultan F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	36919.744	2	18459.872	161.085	.000 ^b
	Residual	18679.365	163	114.597		
	Total	55599.108	165			
a. Dependent Variable: Pakademik						
b. Predictors: (Constant), KTSebaya, RDiri						

Berdasarkan uji simultan F diperoleh temuan penelitian bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan simultan regulasi diri dan kelekatan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik, yang dibuktikan dengan koefisien sig = $0.000 < 0.05$.

3. Uji Koefisien Determinasi

Tabel 1.10. Model Summary

Tabel 10 Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.815 ^a	.664	.660	10.70501

a. Predictors: (Constant), KTSebaya, Rdiri

Berdasarkan *model summary* yang diperoleh temuan penelitian bahwa variabel regulasi diri dan kelekatan teman sebaya memberikan sumbangsih pengaruh sebesar 66,4%, yang dibuktikan dengan koefisien $r_{\text{square}} = 0.664$, sedangkan sisanya sebesar 33,6% dipengaruhi oleh varibel diluar varibel penelitian.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data penelitian yang telah dilaksanakan yakni konseling kelompok dengan teknik symbolic modeling Ada pengaruh signifikan dan negatif regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Madiun. Temuan ini berarti, sekolah dapat memberikan bimbingan yang dapat meningkatkan regulasi diri siswa untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fitria dan Lukmawati (2016) menemukan bahwa regulasi diri berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik. Ditemukan juga tingkat regulasi diri siswa kelas XI SMK Negeri 5 Madiun berada di level sedang. Ada pengaruh signifikan dan negatif kelekatan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Madiun. Temuan ini berarti, program bimbingan konseling menciptakan inovasi sehingga kelekatan antar siswa tetap terjaga dengan begitu dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Ada pengaruh signifikan dan negatif regulasi diri dan kelekatan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMK

Negeri 5 Madiun. Temuan ini berarti, program bimbingan konseling menciptakan inovasi baru sehingga regulasi diri dan kelekatan antar siswa tetap terjaga sehingga menurunkan tingkat prokrastinasi akademik pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardina dan Wulan. 2016. Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA. *Perspektif Ilmu Pendidikan*. Vol. 30 (2).
- Crisna, G.R., Mahmudi, I., & Christiana, R. 2020. The Influence of Family Support and Locus of Control on Resilience of Bullying Victims. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*. Vol.7, No.2, P.64-71.
- Christiana, R. (2018). Keefektifan Peer Modeling untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Mahasiswa dalam Menguasai Keterampilan Berbahasa Inggris. *Jurnal Hibualamo (Seri Ilmu-Ilmu Sosial dan Kependidikan)*, Vol 2 (2), P. 61-65.
- Fitriya Dan Lukmawati. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes). Mitra Adiguna Pelembang. *Psikismjurnal Psikologi Kesehatan*. Vol.2 (1).
- Nursyahrurahmah. 2017. Hubungan antara kepribadian introvert dan kelekatan teman sebaya dengan kesepian remaja. *Jurnal Ecopsy*. Vol. 4 (2): 113-116.
- Sugiyono. 2017. *Meode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (MIXED METHODS)*. Bandung: Alfabeta.
- Triyono & Khairi. 2018. Prokrastinasi akademik siswa SMA. *Jurnal Al Qalam*. Vol. 19 (2): 57-74.
- Wanruhmi. 2019. Regulasi Diri Mahasiswa Putri yang Tinggal di Asrama Unsyiah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. Vol 4 (4): 25 – 31.