

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian kuantitatif mengenai pengaruh *peer group* terhadap habituasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan yaitu sebagai berikut:

- a. Jenis *peer group* di UPI, seperti kelompok akademik, sosial, dan ekstrakurikuler, memiliki dampak berbeda terhadap prokrastinasi akademik. Kelompok akademik, yang fokus pada studi dan diskusi, cenderung meningkatkan produktivitas dan mengurangi prokrastinasi, karena norma kelompok ini mendukung pencapaian akademik dan pengelolaan waktu yang baik. Sebaliknya, kelompok sosial dan ekstrakurikuler sering menjadi sumber distraksi, yang meningkatkan prokrastinasi. Faktor-faktor seperti kedekatan geografis, kesamaan minat, tujuan, tekanan sosial, dan media sosial memengaruhi pembentukan serta dinamika *peer group*. Menurut teori konstruktivistik Jean Piaget, interaksi sosial dalam *peer group* membantu membangun pengetahuan. *Peer group* dengan norma prokrastinasi tinggi memperkuat kebiasaan menunda tugas melalui modeling, reinforcement, dan cognitive dissonance, sedangkan *peer group* dengan norma disiplin memotivasi anggota untuk menghindari prokrastinasi.
- b. Penelitian ini mengungkapkan bahwa *peer group* memiliki pengaruh signifikan terhadap habituasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia dan penelitian ini mengungkapkan bahwa tingkat habituasi prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia berada pada kategori sedang dengan perolehan 62%. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi negatif antara kedua variabel tersebut, di mana *peer group* yang lebih positif dan suportif

berkaitan dengan tingkat prokrastinasi akademik yang lebih rendah. Meskipun kekuatan korelasinya lemah, dampak yang ditimbulkan oleh *peer group* terhadap perilaku prokrastinasi tidak bisa diabaikan. Pemahaman ini didukung oleh teori habitus Pierre Bourdieu yang menyoroti pentingnya lingkungan sosial dalam membentuk kebiasaan individu, serta teori belajar konstruktivistik Jean Piaget yang menekankan peran interaksi sosial dalam proses pembelajaran dan pembentukan kebiasaan.

- c. Prokrastinasi akademik melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku, seperti keyakinan yang salah tentang kemampuan menyelesaikan tugas, kecemasan, serta penundaan pekerjaan. Penyebab prokrastinasi meliputi faktor internal, seperti kurangnya motivasi, manajemen waktu yang buruk, dan rendahnya self-efficacy, serta faktor eksternal, seperti pengaruh *peer group*, tuntutan akademik yang tinggi, dan kurangnya dukungan lingkungan. Mahasiswa dalam *peer group* yang cenderung menunda tugas memiliki tingkat prokrastinasi lebih tinggi, sedangkan mereka dalam kelompok dengan etos kerja baik memiliki tingkat prokrastinasi lebih rendah. Kesamaan minat, tujuan, serta kualitas interaksi sosial memengaruhi pembentukan *peer group*. Penelitian ini menekankan pentingnya memahami pengaruh *peer group* dalam pembentukan kebiasaan prokrastinasi akademik dan perlunya intervensi untuk mengubah norma kelompok guna mengurangi prokrastinasi di kalangan mahasiswa.

Menurut teori habitus Pierre Bourdieu, pengaruh *peer group* terhadap prokrastinasi akademik merupakan bagian dari proses internalisasi kebiasaan melalui interaksi sosial. *Peer group* dengan kebiasaan akademik yang baik dapat membentuk habitus yang mendukung disiplin dan pengelolaan waktu yang efektif, sehingga mengurangi prokrastinasi. Sementara itu, teori konstruktivistik Jean Piaget menunjukkan bahwa *peer group* berperan sebagai agen konstruktif dalam proses belajar. Interaksi sosial positif dalam kelompok sebaya membantu mahasiswa mengembangkan strategi belajar yang lebih baik dan mengurangi prokrastinasi. Oleh karena itu, intervensi untuk mengurangi prokrastinasi akademik

perlu memperkuat *peer group* yang positif sebagai strategi untuk membentuk kebiasaan akademik yang baik.

5.2 Implikasi

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti memperoleh implikasi untuk beberapa pihak.

1. Bagi Program Studi Pendidikan Sosiologi

Melalui penelitian ini, memberikan kebermanfaatan sebagai kajian dan bahan ajar dalam mengeksplorasi fenomena habituasi prokrastinasi dari perspektif sosiologis, seperti teori habitus dan teori belajar konstruktivistik. Menjadikan topik habituasi prokrastinasi ke dalam mata kuliah yang berkaitan dengan tindakan sosial, perilaku sosial, dan dinamika kelompok. Melakukan penelitian lebih lanjut tentang dampak sosial dari habituasi prokrastinasi terhadap masyarakat.

2. Masyarakat

Penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial, terutama *peer group*, memainkan peran penting dalam membentuk kebiasaan dan perilaku individu, termasuk dalam konteks akademik. Kesadaran akan pentingnya *peer group* yang positif dapat mendorong orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan untuk lebih proaktif dalam menciptakan lingkungan sosial yang mendukung perkembangan akademik yang sehat.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan dari penelitian ini menekankan pentingnya peran *peer group* dalam mempengaruhi kebiasaan akademik, khususnya terkait prokrastinasi. Institusi pendidikan, termasuk universitas dan sekolah. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan program dan kebijakan yang mendukung pembentukan *peer group* yang positif dan konstruktif.

4. Bagi Mahasiswa

Temuan penelitian menunjukkan bahwa interaksi yang intensif dalam *peer group* berkontribusi signifikan terhadap kebiasaan akademik mahasiswa,

termasuk prokrastinasi. Mahasiswa yang sering bertemu dan berkomunikasi dengan kelompok temannya, baik secara langsung maupun melalui media sosial, cenderung memiliki kebiasaan menunda tugas akademik. Hal ini disebabkan oleh pengaruh negatif *peer group* yang mendorong perilaku menunda, serta adanya rasa nyaman dan dukungan emosional dari teman-teman yang memungkinkan mahasiswa merasa aman dalam menunda pekerjaan akademik. Selain itu, kedekatan dan akrabnya hubungan dalam kelompok pertemanan meningkatkan kemungkinan adanya toleransi terhadap perilaku prokrastinasi, yang pada akhirnya memperkuat kebiasaan tersebut.

5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat berimplikasi pada penelitian selanjutnya untuk menggambarkan bagaimana pengaruh *peer group* terhadap habituasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa sehingga dapat mengkaji lebih dalam dengan penelitian terkait.

5.3 Rekomendasi

1. Bagi Program Studi Pendidikan Sosiologi

Rekomendasi yang dapat diimplementasikan mencakup pengembangan program pendampingan akademik yang melibatkan dosen dan mahasiswa senior untuk membantu mahasiswa baru dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan akademik di kampus, yang dapat membantu mengurangi prokrastinasi melalui bimbingan dan dukungan yang dibutuhkan. Program studi juga dapat membuat modul manajemen waktu yang digunakan mahasiswa sebagai panduan dalam mengatur jadwal kuliah, tugas, dan kegiatan lainnya, serta mengintegrasikannya dalam mata kuliah wajib. Selain itu, pengembangan platform digital yang memungkinkan mahasiswa untuk berkomunikasi, berbagi informasi, dan bekerja sama dalam tugas-tugas akademik dapat meningkatkan kolaborasi dan interaksi positif antar mahasiswa. Mengadakan pelatihan soft skills secara berkala yang mencakup keterampilan komunikasi, kerja tim, manajemen stres, dan

keterampilan relevan lainnya akan membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik dan mengurangi prokrastinasi.

2. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa diharapkan untuk lebih aktif dalam memilih dan membangun *peer group* yang mendukung dan positif. Mengingat bahwa interaksi dengan teman sebaya dapat mempengaruhi kebiasaan akademik, mahasiswa sebaiknya mencari dan bergabung dengan kelompok yang memiliki komitmen tinggi terhadap studi dan manajemen waktu yang baik. Berpartisipasi dalam kelompok belajar, diskusi akademik, dan kegiatan ekstrakurikuler yang produktif dapat membantu mahasiswa mengembangkan kebiasaan belajar yang lebih disiplin dan efektif. Selain itu, mahasiswa perlu mengadopsi strategi manajemen waktu yang baik, seperti membuat jadwal belajar yang teratur, menetapkan prioritas, dan menghindari penundaan. Penting juga bagi mahasiswa untuk bersikap reflektif dan terbuka terhadap umpan balik dari rekan-rekan mereka untuk terus memperbaiki kebiasaan belajar.

3. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan untuk lebih mendukung pembentukan lingkungan sosial yang positif bagi para mahasiswa. Orang tua, pendidik, dan komunitas harus sadar akan pentingnya peran *peer group* dalam mempengaruhi kebiasaan akademik dan perilaku prokrastinasi. Masyarakat dapat berkontribusi dengan menciptakan program-program mentoring dan kelompok belajar yang memfasilitasi interaksi positif di antara siswa. Selain itu, penting untuk mengadakan seminar dan lokakarya yang berfokus pada pengembangan keterampilan manajemen waktu dan strategi belajar efektif.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan dari penelitian ini diharapkan untuk lebih proaktif dalam membentuk dan mendukung *peer group* yang positif di lingkungan akademik. Institusi pendidikan dapat mengembangkan program-

program yang mendorong interaksi sosial yang konstruktif di antara mahasiswa, seperti kelompok studi terstruktur, program mentoring, dan kegiatan ekstrakurikuler yang produktif. Selain itu, institusi harus menyediakan pelatihan bagi dosen dan staf pengajar untuk mengenali tanda-tanda prokrastinasi akademik dan memahami bagaimana memfasilitasi kelompok sebaya yang mendukung. Mengintegrasikan teori habitus Pierre Bourdieu dan teori konstruktivistik Jean Piaget ke dalam kurikulum dan metode pengajaran juga dapat membantu mahasiswa mengembangkan kebiasaan belajar yang efektif dan disiplin akademik yang lebih baik.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dari hasil penelitian ini diharapkan untuk memperluas penelitian mengenai pengaruh *peer group* terhadap prokrastinasi akademik dengan memperhatikan variabel-variabel tambahan yang dapat mempengaruhi hasil. Peneliti dapat mempertimbangkan faktor-faktor seperti jenis kelamin, usia, latar belakang sosial-ekonomi, dan program studi untuk melihat bagaimana faktor-faktor ini memoderasi hubungan antara *peer group* dan prokrastinasi akademik. Selain itu, menggunakan metode penelitian kualitatif seperti wawancara mendalam dan focus group discussion dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang mekanisme dibalik pengaruh *peer group* terhadap kebiasaan akademik.