

HUBUNGAN KESADARAN DIRI DAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Figo Bagus Prakoso¹, Daliman²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Belajar merupakan tugas seorang mahasiswa dalam menjalankan perkuliahannya, namun seringkali mahasiswa mengalami hambatan-hambatan dalam proses belajar, salah satunya adalah prokrastinasi akademik yang dipengaruhi oleh faktor-faktor berupa kesadaran diri dan dukungan sosial orang tua. Dalam hal ini peneliti melakukan penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesadaran diri dan dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian yang digunakan yakni pendekatan kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan data purposive sampling dengan sampel mahasiswa yang berkuliah di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta berjumlah 170 mahasiswa. Instrument penelitian yang digunakan merupakan kuisioner dengan skala kesadaran diri, dukungan sosial orang tua dan prokrastinasi akademik yang diadaptasi dan dimodifikasi oleh peneliti. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda. Dengan hasil berupa terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran diri dan dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, sehingga hipotesis mayor dapat diterima dengan hasil F sebesar 156,940 dan signifikansi 0,000 dengan korelasi simultan kedua variabel sebesar 0,653. Sedangkan hasil analisis pada hipotesis minor pertama menunjukkan korelasi yang terjadi sebesar -0,765 dengan signifikansi 0,000 yang menunjukkan bahwa kesadaran diri (X1) memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Hasil analisis hipotesis kedua memiliki korelasi sebesar -0,766 dengan signifikansi 0,000 yang juga menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial orang tua (X2) memiliki hubungan negatif secara parsial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Kata kunci: dukungan orang tua, kesadaran diri, prokrastinasi akademik.

Abstract

Learning is the task of a student in carrying out his lectures, but students often experience obstacles in the learning process, one of which is academic procrastination which is influenced by factors such as self-awareness and parental social support. In this case the researcher conducted a study aiming to determine the relationship between self-awareness and parental social support with academic procrastination in final year students. The research method used is a correlational quantitative approach with a purposive sampling technique with a sample of 170 students studying at the Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Surakarta. The research instrument used was a questionnaire with a scale of self-awareness, parental social support and academic procrastination which was adapted and modified by the researcher. Data analysis in this study used multiple linear regression analysis. With the result that there is a significant relationship between self-awareness and parental social support with academic procrastination of Psychology faculty students, Muhammadiyah University of Surakarta, so the major hypothesis can be accepted with an F result of 156.940 and a significance of 0.000 with a simultaneous correlation of the two variables of 0.653. While the results of the analysis on the first minor

hypothesis show a correlation that occurs at -0.765 with a significance of 0.000 which indicates that self-awareness (X1) has a significant negative relationship with student academic procrastination. The results of the second hypothesis analysis have a correlation of -0.766 with a significance of 0.000 which also shows that the variable parental social support (X2) has a partially negative relationship to student academic procrastination.

Keywords: parental social support, self-awareness, academic procrastination.

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa pada dasarnya memiliki tujuan utama untuk mendapatkan ilmu di jenjang lanjut agar dapat digunakan di dunia kerja dan mendapatkan kesempatan yang lebih baik dibandingkan lulusan SMA/SMK. Tujuan yang dimaksud adalah agar mahasiswa lulus tepat waktu yang sering disebut dengan tuntutan akademik yakni belajar dan mengerjakan tugas penting yang berkaitan dengan akademik agar lebih cepat dalam mendapatkan kelulusan. (Aprilia & Nono, 2022). Pada umumnya mahasiswa semester akhir memiliki tugas akhir yakni mengerjakan tugas akhir atau skripsi yang menjadi syarat kelulusan seorang mahasiswa (Seto, dkk, 2020). Tanpa mengerjakan skripsi sia-sia saja menempuh pendidikan di perguruan tinggi, dalam hal ini skripsi dikatakan berhasil bukan dilihat dari nilai akhir yang diberikan, melainkan saat penulis mengerti dan paham akan tujuan dan manfaat yang didapat dari penelitian tersebut (Rahmat & Bakhrul, 2020). Hal inilah yang membuat tuntutan akademik bagi setiap mahasiswa semester akhir di perkuliahan.

Tuntutan mahasiswa semester akhir berupa pengerjaan skripsi seringkali mengalami kendala yang mengakibatkan tertundanya tugas akhir dan menyebabkan mahasiswa lulus lebih dari 8 semester (Khairun & Hakim, 2019). Banyak keadaan yang dialami oleh mahasiswa sehingga mengalami prokrastinasi diakhir masa kuliah, salah satunya adalah penggunaan smartphone yang berlebihan, pekerjaan diluar akademik, kegiatan organisasi, konformitas teman sebaya dan faktor akademik yang seringkali menghambat mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir (Tezer et. al., 2020). Terdapat banyak prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa, fenomena-fenomena yang terjadi seperti penelitian yang dilakukan di Universitas di Surabaya menemukan sebanyak 73% mahasiswa menunda mengerjakan tugas menyusun makalah dan skripsi, 76,8% mahasiswa menunda tugas membaca buku atau referensi, 61,8% mahasiswa menunda belajar, 54,4% mahasiswa menunda menyelesaikan administrasi akademik, dan 56,8% mahasiswa menunda atau terlambat masuk kelas (Suhadianto, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi pada mahasiswa merupakan masalah yang perlu ditangani lebih lanjut.

Berdasarkan data preliminary yang dilakukan pada tanggal 23 November 2022 pada 30 mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berdasarkan kuisioner singkat yang disebar sebanyak 27 mahasiswa pernah mengalami prokrastinasi, 2 mahasiswa mengatakan jarang-jarang, sedangkan 1 sisanya tidak pernah mengalami prokrastinasi. 10 subjek mengatakan

bahwa prokrastinasi terjadi karena subjek malas, 8 subjek memiliki kegiatan lain di luar akademik, 5 orang kesulitan pada pekerjaan yang dimiliki, 4 orang karena terlalu sibuk dengan hobi, 3 orang karena sedang melakukan liburan. Sedangkan dampak psikologis yang dialami setelah mengalami prokrastinasi rata-rata subjek merasa cemas dan panik karena pekerjaan yang belum selesai, dan merasa malas untuk tetap melanjutkan pekerjaan. Sedangkan untuk mengurangi perilaku prokrastinasi tersebut kebanyakan subjek mengatakan bahwa beristirahat sejenak sebelum melanjutkan kembali pekerjaan dinilai efektif, sedangkan sisanya mengatakan untuk memotivasi diri kembali agar mengerjakan pekerjaan yang terbengkalai. Hubungan subjek dengan orang sekitar juga memiliki pengaruh dalam mengurangi prokrastinasi terutama dari keluarga dan teman, adapun beberapa subjek mengatakan bahwa teman menjadi penyebab utama subjek melakukan prokrastinasi. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Handoyo, et. al. (2020) yang menunjukkan perilaku prokrastinasi akan terus muncul terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang sudah lama menduduki bangku perkuliahan, prokrastinator (pelaku prokrastinasi) cenderung akan memiliki rasa cemas, takut mengalami kegagalan, sulit untuk membuat keputusan, selalu mengalami ketergantungan, kurang berani mengambil resiko, tidak bisa menunjukkan otonomi, sulit untuk beradaptasi, sulit untuk memberikan penilaian terhadap personal dan kompetensi diri, membenci adanya tugas, tidak tegas, serta melawan aturan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan American Psychological Association (APA) 2018, melaporkan bahwa 80% hingga 95% mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi terutama saat mengerjakan tugas kuliah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sriwigati dkk (2020) menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik tergolong sangat tinggi. hal ini merupakan kebiasaan yang sulit untuk dihilangkan dari dalam diri mahasiswa dan sudah menjadi kebiasaan yang dilakukan oleh mahasiswa. hal ini membuktikan bahwa terjadinya prokrastinasi berasal dari berbagai hal yang terjadi saat perkuliahan. Berdasarkan data yang didapatkan di bagian administrasi jurusan keperawatan Universitas Negeri Gorontalo tahun 2022 di dapatkan bahwa mahasiswa yang masih mengontrak mata kuliah skripsi sejumlah, pada tahun 2016-2018 untuk Ners B 155 yang seharusnya sudah selesai mengerjakan skripsi jika merujuk pada standar kelulusan fakultas (Soeli & Yusuf, 2022). Data terbaru fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta sebanyak 431 mahasiswa pada tahun angkatan 2016-2018 belum lulus atau sedang mengerjakan skripsi (Starums, 2022). Hal ini menunjukkan besarnya fenomena prokrastinasi akademik yang terjadi di lingkungan mahasiswa semester akhir yang memiliki dampak buruk pada tertundanya tujuan utama mahasiswa untuk berkuliah.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum (1984) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik, seperti menunda mengerjakan latihan soal, menunda mencari berbagai referensi untuk keperluan

pembuatan makalah, menunda untuk mengurus keperluan administrasi terkait dengan sekolah. Pychyl et al. (2000) juga mengungkapkan bahwa perilaku menunda adalah suatu perilaku dimana individu seharusnya dapat mengerjakan tugas di waktu itu, akan tetapi individu memilih untuk mengerjakan di lain waktu dengan mengganti waktu yang seharusnya dipergunakan untuk mengerjakan tugas dengan sesuatu yang mem-bawa kesenangan seperti bermain. Burka dan Yuen (1983) menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan penundaan untuk melakukan sesuatu pekerjaan sampai wak-tu atau hari berikutnya. Selanjutnya, Burka dan Yuen (1983) menambahkan beberapa fakta dalam sebuah penegasan bahwa terdapat cara berpikir irasional yang dimiliki oleh seorang prokrastinator. Seorang prokrastinator memiliki kemungkinan tentang sudut pandang yang berbeda bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak menyelesaikan dengan segera.

Pada penelitian Ferrari dkk., (dalam Suhadianto, 2019) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dengan ciri-ciri tertentu berupa: a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi; b. Adanya keterlambatan dalam mengerjakan tugas dan menyelesaikan tugas akademik, misalnya tugas kuliah baik individual maupun tugas kelompok, sampai dengan tugas akhir (skripsi); c. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual; d. Memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Prokrastinasi juga disebabkan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi, dalam perilaku prokrastinasi akademik juga terjadi karena adanya beberapa faktor diantaranya faktor internal yaitu self evaluation (evaluasi diri), self efficacy (efikasi diri), locus of control (pusat kendali), self regulation (regulasi diri), self awareness (kesadaran diri), dan kecemasan dan faktor eksternal seperti pola asuh orangtua, kelelahan, tipe tugas, usia, jenis kelamin, lingkungan sekolah dan peer group. (Khoirunnisa et. al., 2021).

Adapun faktor-faktor menurut Ghufroon & Risnawita (dalam Fatimaullah, Jahada, & Silondae, 2019) menyebutkan faktor-faktor yang membentuk prokrastinasi akademik dibagi menjadi 2 yakni faktor internal antara lain kondisi fisik individu (fatigue) dan kondisi psikologis individu berupa (trait), adapun faktor eksternal berupa gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Dalam Nafeesa (2018) faktor psikologis dalam prokrastinasi akademik dapat berupa kemauan/kesadaran individu untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab. Pada faktor eksternal peran orang tua dalam mengawasi perkembangan akademik menjadi faktor penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik yang dimiliki individu, dukungan orang tua berupa moral, finansial maupun kasih sayang dapat menjadi pendorong individu untuk mengerjakan kewajibannya (Fitria & Barseli, 2020). Berdasarkan penelitian dan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dipengaruhi oleh 2 faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal, dalam penelitian

ini faktor internal berupa kesadaran diri dan faktor eksternal berupa dukungan orang tua yang menjadi variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini.

Kesadaran diri menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi prokrastinasi akademik (Duval dan Silvia, 2002). Menurut Ferrari (dalam Onweugbuzie, 2004) kesadaran diri adalah salah satu bagian dari kecerdasan emosional yang menjadi faktor dalam terjadinya prokrastinasi akademik, ketika seseorang mempunyai kesadaran diri yang baik maka individu tersebut akan mampu untuk mengatur secara imbang antara pikiran, emosi maupun perilaku yang akan dilakukan agar terhindar dari prokrastinasi akademik serta bisa mengetahui dan memahami kekurangan dan kelebihan yang ia miliki sehingga seseorang tersebut mampu mengandalkan kelebihan yang ada pada dirinya untuk menutupi kekurangannya.

Kesadaran Diri yakni sebuah pemahaman tentang diri sendiri baik pemikiran, perilaku dan perkembangan. Patton (dalam Suhadianto, 2019) menjelaskan kesadaran diri terdapat pada Emotional Intellegency dan inilah pengembangan (EQ) dimulai, menuju pada kesadaran diri seperti rasa tanggung jawab dan keberanian. Steven dan Howard (2003) juga menjelaskan bahwa self-awareness adalah kemampuan dalam memahami perasaan, alasan melakukan suatu hal tersebut, dan sadar akan pengaruh perilakunya kepada orang lain (Sihaloho, 2019). Kesadaran diri (self-awareness) adalah bentuk pemahaman tentang diri sendiri dan bentuk kecerdasan dimana individu dapat menempatkan dirinya pada sebuah keadaan, dan kesadaran akan yang akan ia lakukan. (Akbar et al., 2018). Jadi kesimpulannya adalah kesadaran diri (self-awareness) merupakan bentuk pemahaman mengenai dirinya sendiri sehingga dapat mengenali, mengontrol perasaan, pikiran, dan perbuatan kepada orang lain.

Aspek self-awareness menurut Goleman (dalam Khairunnisa, 2017), yaitu a. Accurate self assessment, yaitu individu mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya; b. Emotional self awareness, yaitu kesadaran untuk dapat memahami emosi dirinya dan bagaimana dampak atau pengaruh emosi pada dirinya; c. Self confidence, rasa percaya dan sebuah keyakinan dalam diri sehingga seseorang bisa memaksimalkan kelebihan dalam diri yang mana akhirnya dapat memahami kelebihan dan kekurangannya. Faktor-faktor pembentuk kesadaran diri menurut Charles (dalam Sabriana & Indrawan, 2020) self awareness memiliki lima elemen primer, yakni: a. Attention (Atensi Perhatian) adalah kesadaran dipusatkan pada hal-hal eksternal atau internal. Individu dapat mengarahkan perhatian pada peristiwa internal maupun eksternal; b. Wakefulness (Kesiagaan/kesadaran) adalah sebuah rangkaian dari mulai tidur sampai bangun; c. Architecture (Arsitektur) adalah proses fisiologis yang berhubungan dengan struktur kesadaran; d. Recall of knowledge (Mengingat pengetahuan) adalah proses informasi diambil mengenai pribadi atau sesuatu yang berhubungan dengan lingkungan sekitarnya; e. Self knowledge (pengetahuan diri) adalah sebuah pemahaman mengenai informasi pribadi seseorang. Sehingga dapat disimpulkan

bahwa Individu yang memiliki kesadaran diri yang baik, maka individu tersebut lebih memikirkan dampak yang akan diterima ketika melakukan suatu hal termasuk prokrastinasi akademik. Adapun dalam penelitian lain menunjukkan faktor-faktor yang membentuk kesadaran diri pada mahasiswa antara lain: 1) Refleksi diri; 2) Pengalaman hidup; 3) Hubungan interpersonal; 4) Pembelajaran; 5) Meditasi dan latihan kesadaran; 6) Terapi; (Aprina, Simon, & Santoso, 2021). Semua faktor ini dapat saling berinteraksi dan mempengaruhi kesadaran diri seseorang. Dalam praktiknya, seseorang dapat meningkatkan kesadaran diri mereka dengan menggabungkan berbagai faktor ini dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Kondisi lingkungan individu turut andil dalam mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada individu. Kondisi lingkungan yang positif, mampu membantu dilakukannya suatu perilaku, tanpa adanya dukungan sosial, individu akan merasa bekerja sendiri, menemukan hambatan-hambatan dalam pengerjaan tugas (Putrie, 2019). Umami (dalam Amelia & Hadiwinarto, 2020) menyebutkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam mengendalikan dan membantu perkembangan individu pada studi atau akademik yang dimiliki, dalam prokrastinasi akademik faktor yang mempengaruhi mahasiswa dalam melakukan perilaku tersebut adalah kurangnya dukungan sosial dari sekitar terhadap perkembangan akademik dan kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa. Dukungan moral yang paling awal di dalam individu merupakan dukungan keluarga terutama berasal dari orang tua, Smet (dalam Purede & Soetjningsih, 2022) menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Sehingga dukungan sosial orang tua berupa nasehat verbal dan non verbal, bantuan finansial maupun moral menjadi faktor penting dalam kehidupan individu dalam mengurangi permasalahan yang dialami, dalam penelitian ini yakni prokrastinasi akademik.

Pengertian dari dukungan orang tua menurut House & Kahn (dalam Desyantoro, Widyawati, & Winta, 2020) dukungan orang tua adalah sebagai tindakan yang bersifat membantu dalam melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumental dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya. Adapun pengertian dukungan orang tua adalah sebuah bantuan atau dukungan yang telah diterima oleh individu dari orang tua, yang mana bantuan itu merupakan finansial, instrumental dan emosional sehingga dapat menjadikan individu merasa dihargai, dicintai kenyamanan sehingga munculnya perubahan perilaku yang positif pada diri individu (Sabila & Muammaroh, 2022). Adapun penelitian lain menyebutkan bahwa dukungan sosial orang tua merupakan bentuk dari pemberian moral berupa kasih sayang, nasihat dan semangat yang diberikan orang tua kepada anak dalam rangka membantuk mengatasi segala kesulitan yang dimiliki anak (Putrie, 2019). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga adalah tindakan yang dilakukan oleh orang tua yang

bersifat membantu dalam melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumental dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya.

Untuk mendapatkan dukungan keluarga maka di dalam keluarga sendiri harus dapat memenuhi berbagai aspek dalam dukungan keluarga, Taylor (dalam Winarsih, 2020) aspek dukungan orang tua dibagi menjadi 4 aspek, pertama adalah dukungan emosional dimana ekspresi, empati, perlindungan, perhatian, dan kepercayaan merupakan bagian dari dukungan yang memberikan individu rasa nyaman, dan menumbuhkan perasaan saling mencintai sehingga muncul keyakinan dalam diri individu. Aspek kedua adalah dukungan instrumental dimana meliputi arahan, pertimbangan, dan nasihat kepada individu untuk mengambil keputusan dalam hidupnya. Dukungan yang diberikan dapat secara langsung seperti benda-benda materi, jasa seperti dalam peminjaman uang kepada orang lain atau membantu seseorang dalam memberikan bantuan secara jasa saat seseorang sedang stress. Aspek ketiga adalah dukungan penghargaan kepada individu atas apa yang telah dilakukan berupa umpan balik mengenai hasil maupun prestasi dari individu yang bersangkutan.

Orang tua menjadi pendorong dalam akademik mahasiswa sebelum di jenjang perkuliahan orang tua lebih intens dalam mengawasi perkembangan akademik anak, pendapat Epstein (dalam Santrock, 2003) faktor-faktor keterlibatan orangtua dalam akademik anak yaitu: (1) keluarga mempunyai kewajiban dasar untuk menyediakan keselamatan dan kesehatan bagi anak mereka, (2) sekolah mempunyai dasar untuk berkomunikasi dengan keluarga mengenai program sekolah dan perkembangan anak mereka, (3) keterlibatan orangtua di sekolah harus ditingkatkan, (4) keterlibatan orangtua dalam aktivitas belajar di rumah harus ditingkatkan, (5) orangtua harus lebih sering terlibat dalam pengambilan keputusan di sekolah, (6) kolaborasi dan kerjasama dengan organisasi di masyarakat ditingkatkan. Berdasarkan hal tersebut peran orang tua dalam mendidik anak menjadi faktor penting dalam mempengaruhi mahasiswa di lingkungan kuliah yang jauh dari orang tua terutama pada mahasiswa yang merantau. Perlu adanya upaya baru bagi orang tua untuk dapat mendekati anaknya dengan kemajuan teknologi yang ada antara lain media sosial (Kadeni, 2018). Berdasarkan hal tersebut perlu pendampingan dukungan orang tua yang baru dalam mendekati mahasiswa yang dirasa sudah cukup dewasa untuk menjalani kehidupan sendiri.

Pada penelitian (Satriantono & Wibowo, 2022) yang meneliti prokrastinasi sebelumnya hanya memiliki hubungan 2 variabel tanpa meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor atau aspek lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Turmudi & Suryadi (2021) menggunakan metode penelitian kualitatif yang merupakan penelitian subjektif yang terdiri dari pendapat dan pengalaman sebagian orang dan tidak dapat mewakili suatu kelompok atau kriteria inklusi secara luas. Sedangkan pada penelitian Amelia & Hadiwinarto (2020) memiliki subjek berupa siswa SMA yang berbeda dengan

subjek yang akan digunakan dalam penelitian ini. Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut novelty pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa perlu adanya pembaruan penelitian berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya. Sehingga perlu bagi peneliti untuk tetap meneliti permasalahan prokrastinasi ini.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti membuat tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan antara kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di fakultas Psikologi Universitas Muhiammadiyah Surakarta. Dengan Rumusan masalah berupa apakah terdapat hubungan signifikan antara kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Apakah terdapat hubungan negatif yang signifikan secara parsial antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik dan apakah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Sedangkan Hipotesis Mayor pada penelitian ini adalah adanya hubungan simultan yang signifikan antara kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Sedangkan hipotesis minor adanya hubungan negatif yang signifikan secara parsial antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik dan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa.

Adapun manfaat dari riset ini yaitu, manfaat praktis dan manfaat teoritis, dimana manfaat teoritisnya yaitu: 1). Menambah wawasan kepada peneliti mengenai hubungan kesadaran diri dan dukungan orang tua terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir; 2). Menambah ranah keilmuan dan sumber pengkajian untuk penelitian selanjutnya. Kemudian untuk manfaat praktis: 1). Bagi mahasiswa, yaitu meningkatkan pemahaman mengenai dampak prokrastinasi akademik bagi kehidupannya; 2). Bagi fakultas, yaitu menambah kesadaran diri mahasiswa dalam pembelajaran akademiknya sehingga prokrastinasi akademik dapat menurun dan prestasi di lingkungan akademik dapat meningkat; 3). Bagi peneliti selanjutnya, yaitu menjadi bahan referensi tambahan bagi peneliti yang hendak meneliti tema serupa.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional yang merupakan penelitian dengan tujuan mengetahui korelasi dari dua variabel atau lebih. variabel penelitian ini yakni variabel bebas: Kesadaran Diri (X1) dan Dukungan Sosial Orang Tua (X2) dengan variabel tergantung: Kualitas Hubungan (Y). Responden penelitian ini adalah mahasiswa psikologi 2017-2019 Universitas Muhammadiyah Surakarta yaitu sebanyak 171 mahasiswa. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dilakukan dengan mengedarkan kuesioner secara daring dengan bantuan platform Google Form.

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner skala dengan metode likert Variabel kesadaran diri diukur dengan modifikasi skala kesadaran diri dari penelitian Harwandi (2018) yang menggunakan kriteria subjek sama yakni mahasiswa dengan validitas 0,333-0,782 dan nilai reliabilitas 0,937 sehingga skala tersebut dapat digunakan dalam penelitian ini. dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Goleman dalam Khairunnisa (2017) meliputi: kesadaran emosi, penilaian diri, dan kepercayaan diri. Variabel dukungan orang tua diukur dengan modifikasi skala dukungan keluarga dari penelitian Harwandi (2018) yang menggunakan kriteria subjek sama yakni mahasiswa tingkat akhir dengan validitas 0,333-0,782 dan nilai reliabilitas 0,937 sehingga skala tersebut dapat digunakan dalam penelitian ini. dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Taylor dalam (Winarsih, 2020) meliputi: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan Inforatif.

Variabel prokrastinasi akademik diukur dengan modifikasi skala prokrastinasi akademik dari penelitian Yeli (2021) yang menggunakan kriteria subjek sama yakni mahasiswa tingkat akhir dengan validitas 0,344-0,631 dan nilai reliabilitas 0,871 sehingga skala tersebut dapat digunakan dalam penelitian ini. dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ferrari (1994) meliputi: Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas, Keterlambatan atau kelambanan dalam mengerjakan tugas, Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, Lebih menyukai melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas. dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan Inforatif.

Dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda, untuk mengetahui pengaruh variabel independen yaitu Kesadaran Diri (X1) dan Dukungan Sosial Orang Tua (X2) terhadap variabel dependen yaitu Kualitas Hubungan (Y). Sebelum menguji dengan regresi sederhana, dilakukan uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Setelah itu dilakukan uji hipotesis menggunakan uji F (simultan).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 171 mahasiswa. Tabel data demografi dapat dilihat dibawah ini :

Tabel 1. Data Demografis

	Kategori	Frekuensi	Prosentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	73	42.94%
	Perempuan	97	54.12%
Tahun Angkatan	2019	50	29.41%
	2018	59	34.71%

2017	40	23.53%
2016	21	12.35%

Berdasarkan data demografi dapat dikelompokkan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki berjumlah 73 (42,84%) dan mahasiswa berjenis kelamin perempuan berjumlah 97 (54,12%). Subjek dalam penelitian ini berupa mahasiswa dengan tahun angkatan 2019 berjumlah 50 (29,41%) mahasiswa, tahun angkatan 2018 berjumlah 59 (34,71%) mahasiswa, tahun angkatan 2017 berjumlah 40 (23,53%) mahasiswa dan tahun angkatan 2016 berjumlah 21 (12,35%) mahasiswa.

3.2 Pembahasan

Pada uji asumsi yang pertama yaitu uji normalitas, sebaran variabel Kesadaran Diri diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 1,281 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,75* ($p > 0,05$) yang dapat diartikan bahwa sebaran data Kesadaran Diri memenuhi distribusi normal, selanjutnya pada sebaran variabel Dukungan Sosial Orang Tua diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 1,043 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,227* ($p > 0,05$) yang dapat diartikan bahwa sebaran data Dukungan Sosial Orang Tua memenuhi distribusi normal, kemudian pada sebaran variabel Prokrastinasi Akademik diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 1,343 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,054* ($p > 0,05$) yang dapat diartikan bahwa sebaran data ketiga variabel memenuhi distribusi normal.

Hasil uji heterokedastisitas dalam penelitian ini berdasarkan tabel diatas, didapat variable kesadaran diri menunjukkan nilai signifikasi 0,224 dan variable Dukungan Sosial Orang Tua 0,213 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan tidak terjadi heterokedastisitas pada persamaan uji regresi, berdasarkan uji tersebut menunjukkan data yang diperoleh dalam penelitian ini tidak terdapat kesamaan pada uji regresi. Uji Multikolineritas digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan dan korelasi antara variabel independent dan dependent. Data dinyatakan multikolineritas apabila adanya kesamaan antara data satu dengan data yang lain. Multikolineritas dilakukan dengan uji regresi linear dalam SPSS dengan melihat hasil nilai tolerance dan lawan Variance Inflation Factor (VIF). Batas umum dipakai untuk menunjukkan adanya multikolineritas dengan melihat nilai tolerance $> 0,10$ atau nilai VIF < 10 . Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat gejala multikolineritas yang terjadi ditunjukkan dengan hasil VIF masing-masing variabel independen lebih kecil dari 10 dan nilai tolerance lebih besar dari 0,1.

Tabel 2. Kategorisasi

Kategorisasi	SS	Persentase (%)		STS	Rerata Hipotetik	Rerata Empirik	Keterangan
		S	TS				
Kesadaran Diri	20.75	28.05	35.78	15.43	55	55,90	51,7-58,3 (Sedang)
Dukungan Sosial Orang Tua	15.37	33.27	36.80	14.56	40	33,08	35,2-44,8 (Sedang)
Prokrastinasi Akademik	18.05	37.08	28.66	16.21	72,5	74,52	63,8-81,2 (Sedang)

Diperoleh rentang pada setiap variabel dengan hasil pada variabel Kesadaran Diri memperoleh kategorisasi 51,7-58,3(Sedang) yang artinya pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki rasa Kesadaran Diri sedang. Pada variabel Dukungan Sosial Orang Tua memiliki kategorisasi 35,2-44,8 (Sedang) yang artinya pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki Dukungan Sosial Orang Tua sedang. Sedangkan pada variabel Prokrastinasi Akademik memiliki kategorisasi 63,8-81,2 (Sedang) sehingga dapat disimpulkan mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki Prokrastinasi Akademik sedang.

Tabel 3. Kategorisasi Variabel Tiap Angkatan

Angkatan	Dukungan Sosial Orang Tua	Rerata Empirik			Keterangan	
		Kesadaran Diri	Prokrastinasi Akademik	Dukungan Sosial Orang Tua	Kesadaran Diri	Prokrastinasi Akademik
2016	38,24	50,86	80,48	35,2-44,8 (Sedang)	45,1-51,7 (Rendah)	63,8-81,2 (Sedang)
2017	41,559	57,644	72,203	35,2-44,8 (Sedang)	51,7-58,3 (Sedang)	63,8-81,2 (Sedang)
2018	39,439	57,756	65,902	35,2-44,8 (Sedang)	51,7-58,3 (Sedang)	63,8-81,2 (Sedang)
2019	36,54	54,18	76,5	35,2-44,8 (Sedang)	51,7-58,3 (Sedang)	63,8-81,2 (Sedang)

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan adanya perbedaan hasil rerata pada data per-angkatan dibandingkan keseluruhan data pada tabel sebelumnya. Pada variabel dukungan sosial orang tua kategori paling rendah dari seluruh angkatan adalah angkatan 2019 dengan rerata sebesar 36,54 dan kategori paling tinggi dari seluruh angkatan adalah angkatan 2017 dengan rerata 41,559. Pada variabel kesadaran diri kategori paling rendah dari seluruh angkatan adalah angkatan 2016 dengan rerata sebesar 50,86 dan kategori paling tinggi dari seluruh angkatan adalah angkatan 2018 dengan rerata 57,756. Pada variabel prokrastinasi akademik kategori paling rendah dari seluruh angkatan adalah angkatan 2018 dengan rerata sebesar 65,902 dan kategori paling tinggi dari seluruh angkatan adalah angkatan 2016 dengan rerata 80,48.

Pada penelitian ini pengujian hipotesis mayor dalam penelitian ini berupa apakah terdapat hubungan antara kesadaran diri dan dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berdasarkan hasil uji analisis pada penelitian ini menunjukkan nilai F sebesar 156,940 dan signifikansi sebesar 0,000 dengan sumbangan efektif pada dua variabel independent secara simultan sebesar 0,653 atau 65,3 %, dan secara parsial hubungan kesadaran diri memiliki hubungan sebesar 32,7% sedangkan dukungan sosial orang tua sebesar 32,47% dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Berdasarkan pernyataan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor pada penelitian ini dapat

diterima yakni terhadap hubungan yang signifikan secara simultan antara kesadaran diri dan dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Prokrastinasi adalah kejadian yang hampir semua orang pada bidang akademik mengalaminya, mahasiswa menunda mengerjakan tugas akademik seperti administrasi, persiapan ujian, dan menyelesaikan tugas (Zacks dan Hen, 2018). Menurut pandangan Ferrarri dalam (Ghufron, 2017:154) prokrastinasi adalah suatu bentuk sikap yang menuju kepada perlakuan menunda yang dilakukan sudah merupakan respon yang menetap dalam diri seseorang untuk menghadapi tugas akademik yang berakibat negatif, dengan adanya penundaan telah membuang waktu sia sia. Menurut Ghufron & Risnawita (dalam Fatimaullah, Jahada, & Silondae, 2019) menyebutkan faktor-faktor yang membentuk prokrastinasi akademik dibagi menjadi 2 yakni faktor internal antara lain kondisi fisik individu (fatigue) dan kondisi psikologis individu berupa (*trait*), adapun faktor eksternal berupa gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Dalam Nafeesa (2018) faktor psikologis dalam prokrastinasi akademik dapat berupa kemauan/kesadaran individu untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab. Pada faktor eksternal peran orang tua dalam mengawasi perkembangan akademik menjadi faktor penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik yang dimiliki individu, dukungan orang tua berupa moral, finansial maupun kasih sayang dapat menjadi pendorong individu untuk mengerjakan kewajibannya (Fitria & Barseli, 2020).

Pada penelitian ini meneliti hubungan kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas Psikologi universitas Muhammadiyah Surakarta sebagai hipotesis minor 1, menunjukkan hasil berupa nilai t sebesar -5,690 dengan signifikansi 0,000 dengan besar sumbangan efektif 32,7% antara hubungan kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marlin (2021) menunjukkan hasil berupa terdapat hubungan yang signifikan 0,000 ditunjukkan hasil $p < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan signifikan antara kesadaran diri dengan game online. Nadia (2018) menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik. Qomariyah (2018) juga menunjukkan korelasi antara kedua variabel yang berhubungan negatif sehingga semakin tinggi kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa maka prokrastinasi mahasiswa akan menurun. Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut secara linear dapat disimpulkan bahwa hipotesis 2 diterima, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kesadaran diri menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi prokrastinasi akademik (Duval dan Silvia, 2002). Menurut Ferrari (dalam Onweugbuzie, 2004) kesadaran diri adalah salah satu bagian dari kecerdasan emosional yang menjadi faktor dalam terjadinya prokrastinasi akademik, ketika seseorang mempunyai kesadaran diri yang baik maka individu tersebut akan mampu untuk mengatur secara

imbang antara pikiran, emosi maupun perilaku yang akan dilakukan agar terhindar dari prokrastinasi akademik serta bisa mengetahui dan memahami kekurangan dan kelebihan yang ia miliki sehingga seseorang tersebut mampu mengandalkan kelebihan yang ada pada dirinya untuk menutupi kekurangannya.

Pada penelitian ini meneliti tentang hubungan dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik sebagai hipotesis minor 2. Berdasarkan hasil analisis didapat hasil berupa nilai t sebesar -5,640 dan signifikansi 0,000 dengan sumbanga efektif sebesar 32,47% antara hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Purede & Soetjningsih (2022) menunjukkan dukungan orang tua mahasiswa di UKSW Salatiga memiliki korelasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa sehingga dengan dukungan orang tua yang tinggi maka prokrastinasi akademik mahasiswa dapat menurun. Sedangkan penelitian lain menunjukkan dukungan orang tua sangat diperlukan untuk mengendalikan burnout atau stress yang dapat mengakibatkan muncul prokrastinasi akademik oleh mahasiswa (Turmudi & Suryadi, 2021). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dukungan orang tua menurut (Akhlis, 2017) perilaku yang membawa sesuatu ke tujuan yang positif, seperti kemampuan mengatur, menyusun, dan membimbing ke arah yang baik. Menurut (Romadona, Mamat, 2019) dukungan sosial orang tua adalah potensi diri untuk membimbing, menyusun, mengatur, dan mengarahkan perilaku yang bisa mengarah ke konsekuensi positif, dalam satu dari beberapa kemampuan yang bisa dipelajari lebih lanjut lagi dan dipakai pelajar dalam kehidupan, seperti unruk menghadapi situasi yang ada dilingkungan sekitar. Dukungan sosial orang tua menurut (Akhlis, 2017) perilaku yang membawa sesuatu ke tujuan yang positif, seperti kemampuan mengatur, menyusun, dan membimbing ke arah yang baik. Hubungannya prokrastinasi positif dengan dukungan sosial orang tua ditandai dengan mahasiswa tidak melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya karena mampu mengelolah dan mengontrol perilakunya untuk menghindari cenderungnya perilaku prokrastinasi. Karakteristik dukungan sosial orang tua yang rendah mahasiswa tidak mampu mengolah dan mengatur perilakunya untuk menghindari perilaku negatif yang menyebabkan mahasiswa cenderung melakukan prokrastinasi dalam menyusun skripsi Lestari, & dewi (2018). Hasil penelitian dari Putra, & Rustika (2019) menemukan hipotesis mayor pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana penelitian ini diterima yaitu, terdapat hubungan dukungan sosial orang tua dan pola asuh autoritatif dengan prokrastinasi akademik.

Sumbangan efektif digunakan mengetahui seberapa besar hubungan yang terdapat dalam variabel bebas kepada variabel terkait. Dilihat dari table Model Summary diperoleh R Square sebesar 0,653 yang artinya variabel Dukungan Sosial Orang Tua dan Kesadaran Diri memberi pengaruh kepada variabel motivasi belajar sebesar 65,3% secara simultan. Dengan perincian secara parsial variabel Kesadaran Diri memberi pengaruh terhadap variabel Prokrastinasi Akademik sebesar 32,7%, variabel Dukungan Sosial Orang Tua memberi pengaruh terhadap variabel Prokrastinasi Akademik sebesar 32,47% dan variabel lain sebesar 34,7% memberi pengaruh terhadap variabel Prokrastinasi Akademik. Berdasarkan sumbangan efektif tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel Kesadaran Diri dan Dukungan Sosial Orang Tua mempengaruhi secara tinggi (*rule of thumb*) terhadap Prokrastinasi Akademik.

Diperoleh rentang pada setiap variabel dengan hasil pada variabel Kesadaran Diri memperoleh kategorisasi 51,7-58,3(Sedang) yang artinya pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki rasa Kesadaran Diri sedang. Pada variabel Dukungan Sosial Orang Tua memiliki kategorisasi 35,2-44,8 (Sedang) yang artinya pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki Dukungan Sosial Orang Tua sedang. Sedangkan pada variabel Prokrastinasi Akademik memiliki kategorisasi 63,8-81,2 (Sedang) sehingga dapat disimpulkan mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta memiliki Prokrastinasi Akademik sedang. Hasil tersebut dapat dianalisis lebih lanjut pada sumbangan efektif berikut.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dari hasil riset oleh Suhadianto (2019) sebanyak 84% mendapatkan prokrastinasi, dan 16% sisanya dapat melakukan dengan tepat waktu. Penundaan tugas atau juga prokrastinasi siswa disebabkan oleh beberapa faktor seperti 50% lupa dengan tugas yang diberikan/kesadaran diri yang kurang, 28% tidak paham dengan tugas yang diberikan, 16% malas, dan 6% menanti batas akhir pengumpulan. Temuan lainnya dengan data 97% mahasiswa dipengaruhi oleh prokrastinasi yang tidak sama, 48% prokrastinasi dilakukan oleh mahasiswa (Putrie, 2019). Hal seperti itu didapatkan sifat malas yang ada pada mahasiswa yang mengalami prokrastinasi. Penelitian Muyana (2018) juga menunjukkan prokrastinasi memiliki pengaruh dari 16% keyakinan dan kemampuan akademik, 9% gangguan perhatian, 17% faktor lingkungan, 33% dukungan sosial orang tua, 17% inisiatif pribadi, 8% kemalasan. Dengan dukungan sosial orang tua sebagai faktor yang paling berpengaruh sebesar 33%. Berdasarkan data tersebut didapatkan bahwa kesadaran diri, dukungan sosial orang tua dan prokrastinasi ditemukan di mahasiswa saat ini.

4. PENUTUP

Penelitian ini mendapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran diri dan dukungan sosial orang tua terhadap prokrastinasi mahasiswa tingkat akhir fakultas

psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, sehingga hipotesis mayor dapat diterima. Sedangkan hasil analisis pada hipotesis minor pertama menunjukkan bahwa kesadaran diri (X1) memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan hasil analisis hipotesis kedua bahwa variabel dukungan sosial orang tua (X2) memiliki hubungan negatif secara parsial terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan data tersebut dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini baik hipotesis mayor maupun minor dapat dibuktikan dengan baik berdasarkan hasil dalam penelitian ini.

Saran kepada peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan bertepatan sama, peneliti memberikan saran untuk menggunakan variabel dari faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, serta menggunakan teori prokrastinasi yang lain sehingga pembahasan dalam penelitian ini dapat diperdalam. Dan penelitian selanjutnya dapat menggunakan sumber data lebih luas seperti populasi mahasiswa di daerah tertentu. Implikasi yang dapat dilakukan pihak universitas dalam menurunkan prokrastinasi akademik berdasarkan penelitian ini adalah dengan memberikan pelatihan ataupun mengadakan seminar mengenai kesadaran diri mahasiswa agar dapat menurunkan prokrastinasi akademik, sedangkan pada dukungan sosial orang tua mahasiswa yang mengalami masalah dalam mendapatkan dukungan sosial orang tua perlu melakukan konseling di Biro Psikologi sehingga dapat mengetahui apa saja yang menjadi permasalahan pada hubungan orang tua agar dapat mengurangi prokrastinasi akademik. Sedangkan mahasiswa lain dapat melakukan komunikasi yang lebih baik dalam mendapatkan dukungan sosial orang tua di dalam keluarga, berdasarkan penelitian ini dukungan sosial orang tua akan sulit didapatkan apabila mahasiswa tidak melakukan komunikasi yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, K., & Hadiwinarto. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik siswa pada kelas x ips di sma negeri 2 mukomuko. *Onsilia*, 3 (1), 1-9.
- Aprina, A. F., Simon, I. M., & Santoso, D. B. (2021). Tingkat Self Awareness Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2017 Universitas Negeri Malang Sebagai Kesiapan Menjadi Konselor Sekolah. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(4) , 328±335. <https://doi.org/10.17977/um065v1i42021p328-335>.
- Catur, M. S., Rahmatika, A., & Oktaria, D. (2018). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik pada Mahasiswa KedokteranTahap Preklinik. *JIMKI*: 6 (2), 109-116.
- Desyantoro, I., Widyawati, S., & Winta, M. V. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kedisiplinan pada peserta didik smp hasanuddin 10 kota semarang. *Philanthropy Journal of Psychology*; 4 (1), 34-44.
- Fatimaullah, Jahada, & Silondae, D. P. (2019). Faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik terhadap penyelesaian tugas akhir mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling fkip universitas halu oleo kendari. *Jurnal BENING*, 3 (1), 113-122.

- Handoyo, A. W., Afiati, E., Khairun, D. Y., & Prabowo, A. S. (2020,). Prokrastinasi Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Daring. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*, 3 (1), 355-361.
- Kadeni, N. S. (2018). Pengaruh media sosial dan teman sebaya terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. *Equilibrium Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembelajarannya* 6(1), 61-70. DOI: 10.25273/equilibrium.v6i1.2186.
- Khairun, D. Y., & Hakim, I. A. (2019). PROFIL TUGAS Perkembangan mahasiswa prodi pendidikan kimia universitas sultan ageng tirtayasa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling*: 4 (2), 105-111. DOI: <http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v4i2>.
- Nafeesa. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4 (1), 53-67.
- Patra, I., Alazemi, A., Al-Jamal, D., & Gheisari, A. (2022). The effectiveness of teachers' written and verbal corrective feedback (CF) during formative assessment (FA) on male language learners' academic anxiety (AA), academic performance (AP), and attitude toward learning (ATL). *Journal of Second and Foreign Language Education*: 7 (1), 12-19. DOI:10.1186/s40468-022-00169-2.
- Purede, M., & Soetjningsih, C. H. (2022). Dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas kuliah daring pada mahasiswa universitas kristen satya wacana salatiga. *Motiva : Jurnal Psikologi*, 5 (2), 55-61.
- Putrie, C. A. (2019). Pengaruh dukungan sosial orang tua, minat belajar dan prokrastinasi akademik terhadap hasil belajar siswa mata pelajaran ekonomi pada SMA Negeri akreditasi A di Kota Padang. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 12(1), 18-26.
- Rahman, C. A. (2019). Pengaruh dukungan sosial orang tua, minat belajar dan prokrastinasi akademik terhadap hasil belajar siswa mata pelajaran ekonomi pada sma negeri akreditasi A di kota padang. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 12(1), 18-26.
- Sabila, S. S., & Muammaroh, N. L. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Motivasi Belajar Santri Di TPQ Raudlatut Tholibin. *PSIKODINAMIKA : JURNAL LITERASI PSIKOLOGI*, 2 (2), 122 – 130.
- Sabrina, I., & Indrawan, J. (2020). Mengembangkan Kesadaran Diri (Self-Awareness) Masyarakat untuk Menghadapi Ancaman Non-tradisional: Studi Kasus Covid-19. *Jurnal Lembaga Ketahanan Nasional Republik Indonesia*; 8(2), 131-150.
- Satriantono, Y. B., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7 (1), 1-9.
- Soeli, Y. M., & Yusuf, M. N. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Keperawatan UNG Dalam Penyusunan Skripsi. *Jambura Nursing Journal*, 4 (2), 121-134.
- Suhadianto, N. P. (2019). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi) Vol. 10 No. 2*, 204-223.
- Tezer, Ulgener, Minalay, Ture, & Tugutlu & Harper, M. G. (2020). Examining the relationship between academic procrastination behaviours and problematic internet usage of high school students during the Covid-19 pandemic period. *Global Journal Of Guidance And*

Counseling In Schools: Current Perspectives, 10(3), , 142–256.
<https://doi.org/10.18844/GJGC.V10I3.5549>.

Tolle, E. (2004). *The Power of Now 'A Guide To Spiritual Enlightenment*. California: Namaste Publishing and New World Library.

Turmudi, I., & Suryadi. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *al-Tazkiah*, 10 (1), 39-58.

Winarsih, M., Nasution, E. S., & Ori, D. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan penerimaan diri orang tua yang memiliki abk di slb cahaya pertiwi kota bekasi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*; 4 (2).

Žuljević, M. F., & Buljan, I. (2022). Academic and non-academic predictors of academic performance in medical school: an exploratory cohort study. *BMC Medical Education; London Vol. (22)*, 1-9. DOI:10.1186/s12909-022-03436-1.

