

MOTIVASI AKADEMIK, REGULASI DIRI, DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA Pengerjaan Skripsi di Masa Pandemi

Nur Afifah Yuniar, Wiwien Dinar Prastiti, Juliani Prasetyaningrum
Program Studi Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris korelasi antara motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Partisipan penelitian ini adalah 351 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan 2014, 2015, 2016 dan 2017 yang dipilih secara insidental. Instrumen pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial, sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis regresi. Selain analisis regresi untuk menguji hipotesis mayor, hipotesis minor diuji dengan korelasi parsial. Hasil analisis regresi menunjukkan nilai korelasi yang sangat signifikan antara motivasi akademik, regulasi diri, dukungan sosial dan prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi ($R = 0.633$, $p = 0.000$ atau $p < 0.01$) sehingga dapat diartikan bahwa terdapat korelasi yang sangat signifikan antara motivasi akademik, regulasi diri, dukungan sosial dan prokrastinasi akademik. Hasil uji korelasi minor pertama antara motivasi akademik dengan prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara motivasi akademik dengan prokrastinasi akademik. Hasil uji korelasi minor kedua antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan hasil uji korelasi minor ketiga antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Secara umum, sumbangan efektif motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial pada prokrastinasi akademik ketika mengerjakan skripsi sebesar 40%. Secara lebih spesifik sumbangan efektif motivasi akademik terhadap prokrastinasi akademik sebesar 22,94% (nilai $r = 0.479$, $p = 0.000$, $p < 0.01$), regulasi diri sebesar 5.62% ($r = -0.237$, $p = 0.000$, atau $p < 0.01$), dan dukungan sosial sebesar 3.20% ($r = -0.179$, $p = 0.000$ atau $p < 0.01$). Dengan demikian motivasi akademik berperan penting bagi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi dibandingkan regulasi diri dan dukungan sosial.

Kata Kunci: motivasi akademik, regulasi diri, dukungan sosial, prokrastinasi akademik

Abstract

This study aims to empirically test the correlation between academic motivation, self-regulation and social support with academic procrastination in thesis during a pandemic. The participants of this study were 351 students of Muhammadiyah University Surakarta Class of 2014, 2015, 2016 and 2017 who were selected incidentally. The measurement instrument used in this study was a scale of academic motivation, self-regulation and social support, while the data analysis technique used regression analysis. Apart from regression analysis to test the

major hypothesis, the minor hypothesis is tested with partial correlation. The results of the regression analysis showed a very significant correlation value between academic motivation, self-regulation, social support and academic procrastination in doing thesis ($R = 0.633$, $p = 0.000$ or $p < 0.01$) that it can be interpreted that there is a very significant correlation between academic motivation, self-regulation, social support and academic procrastination. The results of the first minor correlation test between academic motivation and academic procrastination show that there is a significant positive relationship between academic motivation and academic procrastination. The results of the second minor correlation test between self-regulation and academic procrastination show that there is a significant negative relationship between self-regulation and academic procrastination. The results of the third minor correlation test between social support and academic procrastination show that there is a significant negative relationship between social support and academic procrastination. In general, the effective contribution of academic motivation, self-regulation and social support to academic procrastination when working on thesis is 40%. More specifically, the effective contribution of academic motivation to academic procrastination is 22.94% ($r = 0.479$, $p = 0.000$, $p < 0.01$), self-regulation is 5.62% ($r = -0.237$, $p = 0.000$, or $p < 0.01$), and social support of 3.20% ($r = -0.179$, $p = 0.000$ or $p < 0.01$). The academic motivation have an important role for academic procrastination in completing thesis compared to self-regulation and social support.

Keywords: academic motivation, self-regulation, social support, academic procrastination

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu cara yang digunakan untuk memperoleh pembelajaran dari berbagai disiplin ilmu. Pendidikan dapat diperoleh baik secara formal maupun nonformal. Pendidikan secara formal seperti diperguruan tinggi memiliki peran penting untuk menghasilkan individu yang mandiri, bermartabat, individu yang tangguh, serta individu yang kreatif. Mahasiswa dalam mewujudkan diri menjadi individu yang mandiri, kreatif, tangguh dan bermartabat tidaklah mudah, banyak proses pembelajaran yang harus dilaluinya (Telaumbanua & Rosito, 2016). Proses pembelajaran dalam perguruan tinggi ini meliputi proses belajar-mengajar, mengerjakan tugas, mengikuti KKN (Kuliah Kerja Nyata) atau PKL (Praktek Kerja Lapangan) dan juga mengerjakan skripsi. Skripsi sebagai tahap akhir dari perjalanan panjang seorang mahasiswa, dimana skripsi merupakan laporan tentang sesuatu yang telah dikerjakan secara utuh, konsisten/berkesinambungan dan sistematis. Setiap mahasiswa tentunya mengerahkan seluruh tenaga dan pikiran yang dimiliki sejak awal hingga akhir pembuatan skripsi. Hal tersebut dilakukan guna mendapatkan hasil penelitian yang baik dan dapat menyelesaikan dalam waktu yang relatif singkat, sehingga mahasiswa dapat lulus cepat atau sesuai masa studi yang direncanakan (Telaumbanua & Rosito, 2016).

Pada tahun 2020, Indonesia mengalami krisis kesehatan bagi manusia yaitu pandemi Covid-19. Pandemi Covid-19 ini menjadi kendala bagi seluruh sektor yang ada di Indonesia. Salah satu sektor yang ikut merasakan kendala tersebut yaitu sektor pendidikan, dimana banyak institusi pendidikan (sekolah dan perguruan tinggi) ditutup guna menghentikan penyebaran Covid-19 (Mastura & Santaria, 2020). Kebijakan yang diterapkan oleh banyak negara termasuk Indonesia dengan menghentikan seluruh aktivitas pendidikan, membuat pemerintah dan lembaga terkait harus mencari alternatif cara untuk melakukan proses pendidikan bagi peserta didik maupun mahasiswa yang tidak dapat melaksanakan proses pendidikan secara tatap muka langsung, belajar dari rumah atau disebut juga *distance learning* (Kemendikbud, 2020). *Distance learning* ini dilakukan dengan menggunakan bantuan *platform* berupa aplikasi, *website*, dan juga jejaring sosial. Tidak terkecuali dengan pengerjaan skripsi yang juga melakukan bimbingan dan ujian secara daring dengan menggunakan bantuan *platform* tersebut.

Pengerjaan skripsi di masa pandemi Covid-19 ini memiliki berbagai kendala yang dirasakan oleh mahasiswa. Hal ini dibuktikan dalam hasil penyebaran kuesioner pada 30 responden yang merupakan mahasiswa angkatan 2014, 2015, 2016, dan 2017. Sebanyak 80% responden menjawab bahwa kondisi pandemi Covid-19 membuat terhambat dalam mengerjakan skripsi. Kemudian, faktor-faktor apa saja yang menjadi hambatan dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi Covid-19, yaitu 36,7% berasal dari faktor internal, 30% berasal dari hambatan bimbingan dengan dosen pembimbing, 23,3% berasal dari hambatan melakukan penelitian dan 10% berasal dari adanya faktor lingkungan. Selain itu, 80% responden menjawab bahwa hambatan-hambatan tersebut membuat mereka mengalami penurunan motivasi dalam mengerjakan skripsi. Hal tersebut membuat 46,7% responden mengatakan bahwa dirinya sering melakukan penundaan dalam mengerjakan skripsi, 46,7% responden menjawab bahwa terkadang mereka melakukan penundaan, dan 6,7% responden sisanya menjawab tidak melakukan penundaan.

Hal ini didukung oleh hasil wawancara yang dilakukan kepada 3 orang mahasiswa, yang mengatakan bahwa pandemi Covid-19 ini membuat mereka terhambat dalam mengerjakan skripsi, terkait dengan bimbingan dengan dosen, melakukan penelitian dan juga faktor lingkungan. Ke tiga mahasiswa tersebut mengatakan bahwa kendala yang dialami dalam mengerjakan skripsi membuat motivasi dalam mengerjakan skripsi juga menurun. Penurunan motivasi ini yang mengakibatkan adanya penundaan dalam mengerjakan skripsi. Penundaan dalam mengerjakan skripsi dapat disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja serta berulang-

ulang dengan mengerjakan aktivitas lain yang tidak berhubungan dengan tugas yang sedang dihadapi yang mengakibatkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas serta akan berdampak buruk pada masa depan (Ghufron & Risnawati, 2012).

Sebagaimana hasil penelitian sebelumnya oleh Muyana (2018) menemukan bahwa prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa sebesar 87% tergolong dalam kategori tinggi dan 13% tergolong dalam kategori sedang. Sedangkan penelitian lain yang dilakukan oleh Damri dkk (2017) menemukan 52,3% mahasiswa melakukan penundaan dalam tugas akademik. Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik banyak terjadi dikalangan mahasiswa. Prokrastinasi akademik ini disebabkan oleh beberapa hal diantaranya, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ialah faktor yang berasal dari dalam diri individu, sedangkan faktor eksternal ialah faktor yang berasal dari luar diri individu (Khotimah dkk, 2016).

Berdasarkan hasil kuesioner ditemukan bahwa 43,3% responden memaparkan bahwa penyebab mahasiswa menunda karena kurangnya kemampuan mengatur waktu untuk mengerjakan skripsi, 36,7% responden menjawab lebih memilih untuk mengerjakan hal lain atau kegiatan yang lebih menyenangkan dibandingkan dengan mengerjakan skripsi yang menyebabkan kurangnya kemauan dalam mengerjakan skripsi, dan 20% responden mengatakan bahwa penundaan pengerjaan skripsi disebabkan oleh hal lain di luar dirinya. Berdasarkan dari data diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab penundaan berasal dari dalam diri individu dan juga faktor lingkungan. Faktor-faktor tersebut erat kaitannya dengan motivasi, dimana motivasi internal merupakan dorongan yang berasal dari dalam diri dan motivasi eksternal merupakan dorongan yang berasal dari luar diri individu (Uno, 2014).

Mahasiswa, dalam upaya menyelesaikan skripsi, membutuhkan motivasi akademik karena harus memiliki kesiapan mental yang baik untuk menghadapi kesulitan dan hambatan-hambatan dalam mengerjakan skripsi. Mahasiswa juga dituntut untuk lebih berolah pikir, berolah rasa dan berkemauan. Motivasi ini dimiliki agar individu mampu menghadapi suatu hal yang mungkin akan terjadi di masa mendatang, dengan melakukan evaluasi pada diri sendiri, memodifikasi perilaku, mengontrol perilaku diri sendiri, mempersiapkan suatu rencana tujuan (Purnama, 2014). Dalam menjalankan motivasi diri dibutuhkan pula pengaturan diri yang baik yang dapat mempengaruhi motivasi diri tersebut (Ghufron & Risnawati, 2012). Pengaturan diri atau regulasi diri merupakan faktor utama yang mempengaruhi kepribadian manusia. Menurut Bandura (Alfiana, 2013) regulasi diri merupakan kemampuan manusia untuk mengubah suatu respon, dapat mengubah tingkah laku pada diri sendiri yang sesuai dengan aturan, standar ideal untuk mencapai suatu tujuan

yang diinginkannya. Salah satu elemen penunjang regulasi diri yang baik yaitu manajemen waktu. Sebagai seorang mahasiswa hendaknya mampu mengatur waktu dengan baik karena aktivitas yang harus dilaksanakan dengan tepat agar waktu yang digunakan tidak terbuang sia-sia (Lizzatiani, 2014). Selain itu, mahasiswa seharusnya mampu mengelola kognisinya (dengan penggunaan strategi-strategi kognitif dan metakognitif) dan juga strategi mengelola sumber pengetahuan yang berkaitan dengan pembelajaran biasa dipakai pelajar ataupun mahasiswa (Kusaeri & Mulhamah, 2016).

Faktor lain yang ikut mempengaruhi prokrastinasi akademik dalam pengerjaan skripsi di masa pandemi adalah faktor dukungan sosial. Dukungan sosial adalah tersedianya dukungan dari pihak lain kepada seorang individu yang diyakini bahwa dirinya merupakan individu yang dicintai, dirawat, dihargai, berharga, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya (Sarafino, 2014). Individu yang memperoleh dukungan sosial akan lebih mempunyai kemantapan diri yang baik, memiliki sikap menerima keadaan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk mencapai segala yang menjadi tujuannya (Maksum & Maburi, 2017).

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan dan fakta di lapangan, peneliti memutuskan untuk meneliti motivasi akademik, regulasi diri, dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji korelasi antara motivasi akademik, regulasi diri, dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi.

2. METODE

Partisipan dalam penelitian ini yaitu Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Angkatan 2014, 2015, 2016 dan 2017 dengan jumlah populasi sebanyak 10.764 mahasiswa. Kemudian, teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive random sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan atau kriteria tertentu (Sugiyono, 2016). Adapun kriteria tersebut adalah mahasiswa Angkatan 2014, 2015, 2016 dan 2017 yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu, untuk mendapatkan jumlah *sampel* yang akan digunakan dalam penelitian ini mengacu pada tabel Isaac dan Michael (Sugiyono, 2016) yaitu penentuan *sampel* berdasarkan taraf kesalahan yang digunakan. Dalam hal ini taraf kesalahan yang digunakan adalah 5%. Sehingga jumlah *sampling* pada penelitian ini adalah 351 orang mahasiswa.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala merupakan alat ukur psikologis berupa daftar pernyataan yang digunakan untuk mengumpulkan data berdasarkan skor dari masing-masing pernyataan sehingga respon yang

diberikan individu dapat diinterpretasi (Azwar, 2016). Pada penelitian ini terdapat empat skala yang digunakan. Adapun empat skala yang digunakan dalam penelitian ini, skala modifikasi *Academic Procrastination Scale* (APS), *Academic Motivation Scale* (AMS) Versi Bahasa Indonesia, *Self Regulation Questionnaire* (SRQ), serta skala dukungan sosial.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini dilakukan dua pengujian, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi dilakukan sebagai syarat dari dilakukannya analisis regresi berganda. Uji asumsi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinieritas dan uji homoskedastisitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran skor variabel independen dan variabel dependen. Uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Sample Kolmogorov Smirnov* dengan taraf signifikansi $>0,05$ maka data yang dihasilkan terdistribusi normal (Ghozali, 2016). Hasil uji normalitas pada penelitian ini adalah nilai signifikansi *Sample Kolmogorov Smirnov* 0,200 yang berarti data terdistribusi normal. pada variabel motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik.

Tabel 1. Uji Linieritas

Linieritas		F	Sig.
Prokrastinasi * Motivasi	Deviation from Linearity	1.027	.431
Prokrastinasi * Regulasi	Deviation from Linearity	.900	.565
Prokrastinasi * Duksos	Deviation from Linearity	.584	.938

Tabel 1 menunjukkan hasil uji linearitas dari variabel dependen dan independent. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan tiap variabel linier atau tidak linier dengan taraf signifikansi $>0,05$. Hasil uji linieritas antara prokrastinasi akademik dengan motivasi akademik diperoleh nilai *Deviation from Linearity* $F=1,027$ dengan nilai signifikansi 0,431. Kemudian hasil uji linearitas prokrastinasi akademik dengan regulasi diri diperoleh nilai *Deviation from Linearity* $F=0,900$ dengan nilai signifikansi 0,565. Sedangkan hasil uji linearitas prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial diperoleh nilai *Deviation from Linearity* $F=0,584$ dengan nilai signifikansi 0,938. Hasil tersebut menunjukkan bahwa antara prokrastinasi akademik dengan motivasi akademik, prokrastinasi akademik dengan regulasi diri dan prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial pada penelitian ini terdapat hubungan yang linear.

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dalam satu model regresi atau tidak. Metode pengujian dengan melihat skor Variance Inflation Factor (VIF) <10 dan skor tolerance $>0,1$ maka penelitian tersebut dapat dikatakan bebas dari multikolinearitas. Hasil uji multikolinearitas yang dilakukan pada variabel motivasi menghasilkan tolerance yang diperoleh sebesar 0,956 dengan nilai VIF 1.046. Hasil uji multikolinearitas yang dilakukan pada variabel regulasi diri menghasilkan tolerance yang diperoleh sebesar 0,820 dengan nilai VIF 1.219. Sedangkan Hasil uji multikolinearitas yang dilakukan pada variabel dukungan sosial menghasilkan tolerance yang diperoleh sebesar 0,844 dengan nilai VIF 1.185. Berdasarkan hasil yang telah didapatkan dapat disimpulkan bahwa nilai yang diperoleh <10 yang berarti tidak terjadi multikolinearitas pada variabel bebas.

Uji Homoskedastisitas bertujuan untuk mengetahui terjadi ketidaksamaan variasi dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain dengan menggunakan metode Glesjer. Uji homoskedastisitas terpenuhi jika tidak terdapat pola tertentu yang jelas pada *scatterplot* dan titik-titik menyebar secara acak di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y.

Analisis regresi linear berganda bertujuan untuk menguji lebih dari satu variabel bebas terhadap satu variabel terikat. Analisis regresi linier berganda dilihat berdasarkan nilai signifikansi $< 0,05$ dan $F_{\text{Hitung}} > F_{\text{Tabel}}$. Hasil analisis regresi berganda pada penelitian ini memiliki nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Sedangkan nilai $F_{\text{Hitung}} = 77,284$ dan $F_{\text{Tabel}} = 0,0086$ maka $F_{\text{Hitung}} > F_{\text{Tabel}}$. Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda dapat disimpulkan bahwa Hipotesis 1 dalam penelitian ini diterima yaitu Ada korelasi antara motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial dengan prokratinasi akademik.

Setelah analisis regresi linear berganda dilakukan untuk menguji hipotesis 1, dilakukan juga uji hipotesis 2, 3 dan 4 menggunakan korelasi parsial. Korelasi parsial bertujuan untuk mengetahui hubungan antar kedua variabel pada hipotesis yang telah ditentukan.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji korelasi antara motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial dengan prokratinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Hasil analisis hipotesis pertama ini dapat memprediksi prokratinasi akademik dengan perolehan nilai R sebesar 0,633 dan $F_{\text{Hitung}} = 77,284$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis pertama yang diajukan oleh peneliti diterima yaitu ada korelasi antara motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial dengan prokratinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Selain itu, penelitian ini menghasilkan nilai $R\text{ Square} = 0,401$. Hal ini berarti bahwa prokratinasi dapat dijelaskan oleh motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial dengan sumbangan

efektif sebesar 40% terhadap prokrastinasi akademik. sedangkan 60% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Motivasi merupakan penggerak yang ada pada individu untuk menampilkan tingkah laku ke arah pencapaian suatu tujuan tertentu dengan sebaik-baiknya dan semaksimal mungkin (Nitami, 2015). Sementara itu regulasi diri juga berkaitan dengan prokrastinasi akademik. Regulasi diri sebagai upaya untuk menyeleksi, menyusun, memanfaatkan dan menciptakan lingkungan fisik maupun sosial yang mendukung aktivitas dalam mewujudkan tujuan (Zimmerman & Schunk, 2011). Selain itu, dukungan sosial sebagai wujud kasih sayang, kepedulian dan penghargaan yang diberikan orang lain yang diterima oleh setiap individu (Sarafino, 2014). Oleh sebab itu, adanya motivasi akademik dan regulasi dalam diri mahasiswa akan mengarahkan dan mendorong mahasiswa untuk segera mengerjakan skripsi karena adanya strategi dalam diri sebagai upaya untuk mencapai tujuannya. Hal ini dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi berbagai stimulus yang datang kepada diri mereka untuk tetap dapat mengerjakan skripsi di masa pandemi. Sedangkan dukungan sosial sebagai faktor pelengkap yang dapat membantu individu menguatkan diri karena dapat membentuk pikiran yang lebih positif terhadap situasi sulit yang dihadapi ketika pada masa pandemi ini. Hal ini dapat menjelaskan mengapa motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial secara bersamaan memiliki peran yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi.

Hasil analisis hipotesis kedua yaitu memiliki peran positif yang signifikan antara motivasi akademik dengan prokrastinasi dengan nilai $r_{xly} = 0,479$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini mengartikan bahwa hipotesis diterima namun tidak terbukti, karena hasil signifikan tetapi arah korelasi positif. Korelasi positif yang signifikan yaitu semakin tinggi motivasi akademik yang dimiliki maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademiknya, semakin rendah motivasi akademiknya maka semakin rendah pula prokrastinasi akademiknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan pada penelitian Novera & Thomas (2018) dan Sundaroh, Sobari, & Irmayanti (2020) telah membuktikan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara motivasi dengan prokrastinasi akademik. Sehingga pada penelitian ini menghasilkan bahwa motivasi yang tinggi tidak dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi. Hal ini dapat terjadi karena motivasi yang dimiliki oleh mahasiswa di masa pandemi ini belum dapat mendorong dirinya untuk dapat mengerjakan skripsi, melainkan terjadinya prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi.

Penjelasan di atas sesuai dengan fenomena yang terjadi pada lingkungan penelitian. Untuk itu dilakukanlah uji faktorial. Uji faktorial adalah untuk menguji masing-masing pengaruh faktor yang mempengaruhi dan mengetahui pengaruh gabungan (interaksi) dari faktor yang di uji. Uji faktorial ini dilakukan guna mengetahui faktor dari aspek motivasi akademik (internal, eksternal dan amotivasi) yang mana yang berpengaruh pada prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil uji faktorial pada faktor internal motivasi menghasilkan nilai signifikansi 0,536 ($p < 0,05$) dan nilai $F_{tabel} = 0,914$ yang berarti bahwa internal motivasi tidak berpengaruh nyata dengan prokrastinasi akademik. Faktor eksternal menghasilkan nilai signifikansi 0,417 ($p < 0,05$) dan nilai $F_{tabel} = 1.045$ yang berarti bahwa eksternal motivasi tidak berpengaruh nyata dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan, faktor amotivasi menghasilkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai $F_{tabel} = 15.741$ yang berarti bahwa amotivasi berpengaruh nyata dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti bahwa hanya amotivasi yang memiliki pengaruh nyata atau dominan dengan prokrastinasi akademik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini cenderung tidak memiliki motivasi akademik sehingga mengalami prokrastinasi pada pengerjaan skripsi. Hal ini dapat menjadi penguat dari hasil uji hipotesis yang dilakukan yaitu korelasi positif yang signifikan antara motivasi akademik dengan prokrastinasi akademik.

Hasil analisis hipotesis ketiga memiliki peran negatif yang signifikan. Hasil korelasi yang diperoleh $r_{xy} = -0,273$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini mengartikan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah regulasi diri mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Mahasiswa membutuhkan pengaturan diri yang baik agar dapat mengontrol serta mengendalikan dirinya untuk mencapai tujuannya. Regulasi diri yang baik dapat dimanfaatkan dalam hal mengatur waktu serta meningkatkan fungsi hidup sehari-hari dalam merubah perilaku atau sikap dalam hal akademik (Oettingen, 2015). Selain itu, regulasi diri dapat menciptakan kedisiplinan pada diri individu dimana individu dapat lebih mempergunakan waktu dengan bijak dan dapat memilah hal-hal mana yang lebih penting untuk dikerjakan terlebih dahulu (Gollwitzer dkk, 2011). Hal ini dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik dikarenakan regulasi diri yang rendah. Rendahnya regulasi diri akan menyebabkan mahasiswa tidak mampu mengatur berbagai stimulus sehingga ketidakmampuan tersebut menghambat mahasiswa dalam menentukan sikap yang tepat untuk mengatasi berbagai stimulus yang muncul terlebih pada saat pandemi

ini. Sebaliknya, jika mahasiswa tersebut dapat mengatur berbagai stimulus yang ada maka mahasiswa tersebut akan rendah tingkat prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Febritama & Sanjaya (2018) dan Fitriya & Lukmawati (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Hasil analisis hipotesis keempat memiliki peran negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Hasil korelasi yang diperoleh $r_{x3y} = -0,179$ dengan taraf signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini dapat dikatakan bahwa terdapat peran negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kristy (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi dukungan, perhatian dan kepedulian yang diberikan orang lain kepada mahasiswa akan membuat mahasiswa tersebut merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai oleh lingkungan sekitarnya. Hal ini menjadikan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di masa pandemi ini memiliki perasaan yang dimiliki mahasiswa tersebut menjadi lebih positif, nyaman dan termotivasi. Sehingga ketika dukungan sosial tinggi maka prokrastinasi akademik rendah. Sebaliknya, dukungan sosial yang rendah maka prokrastinasi akademik akan meningkat.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial terbukti memiliki peran terhadap prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Sumbangan efektif motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial sebesar 40% terhadap prokrastinasi akademik. Sedangkan 60% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini. Variabel motivasi akademik memiliki sumbangan efektif yang paling besar yaitu 22,94%. Sedangkan variabel regulasi diri memiliki sumbangan efektif sebesar 7,45% kepada prokrastinasi akademik. Selain itu, variabel dukungan sosial memiliki sumbangan efektif terhadap prokrastinasi akademik sebesar 3,20%.

Prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi merupakan penundaan dalam mengerjakan skripsi dan disebut dengan prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa prokrastinasi dapat terjadi akibat kurangnya motivasi akademik pada mahasiswa. Mahasiswa tidak terdorong untuk segera menyelesaikan studinya

karena tidak memiliki tujuan yang jelas. Di sisi lain, prokrastinasi akademik dapat juga disebabkan oleh ketidakmampuan mahasiswa untuk mengelola dirinya dan lebih banyak menurutkan kata hati atau emosi sehingga mudah patah semangat ketika menghadapi tekanan dalam menyusun skripsinya, dan mahasiswa mampu bangkit serta bersedia mengerjakan skripsinya setelah melalui dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya.

Berdasarkan temuan yang didapatkan dalam penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat memberikan beberapa saran. Pertama, bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terhadap kelompok subjek yang berbeda dan menggunakan variabel-variabel lain yang mampu mempengaruhi mahasiswa berprokrastinasi pada masa pandemi seperti jenis kelamin, angkatan, perfeksionisme, dan lain-lain. Kedua, untuk praktisi psikologi, diharapkan dapat menyusun rancangan pendekatan dan pelaksanaan intervensi-intervensi psikologis untuk mengatasi prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi. Ketiga, untuk mahasiswa diharapkan dapat menjaga motivasi akademiknya, dan mampu melakukan regulasi diri secara tepat agar terhindar dari prokrastinasi akademik, antara lain dapat dilakukan dan membuat perencanaan atau jadwal pencapaian target dengan belajar kelompok atau membuat kelompok diskusi di antara sesama mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial terbukti memiliki peran terhadap prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi di masa pandemi. Sumbangan efektif motivasi akademik, regulasi diri dan dukungan sosial sebesar 40% terhadap prokrastinasi akademik. Sedangkan 60% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini. Variabel motivasi akademik memiliki sumbangan efektif yang paling besar yaitu 22,94%. Sedangkan variabel regulasi diri memiliki sumbangan efektif sebesar 7,45% kepada prokrastinasi akademik. Selain itu, variabel dukungan sosial memiliki sumbangan efektif terhadap prokrastinasi akademik sebesar 3,20%.

Prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi merupakan penundaan dalam mengerjakan skripsi dan disebut dengan prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa prokrastinasi dapat terjadi akibat kurangnya motivasi akademik pada mahasiswa. Mahasiswa tidak terdorong untuk segera menyelesaikan studinya karena tidak memiliki tujuan yang jelas. Di sisi lain, prokrastinasi akademik dapat juga disebabkan oleh ketidakmampuan mahasiswa untuk mengelola dirinya dan lebih banyak menurutkan kata hati atau emosi sehingga mudah patah semangat ketika menghadapi tekanan

dalam menyusun skripsinya, dan mahasiswa mampu bangkit serta bersedia mengerjakan skripsinya setelah melalui dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya

Dalam sebuah penelitian akan sulit untuk menghindari adanya keterbatasan selama penelitian tersebut berlangsung. Pertama, pelaksanaan penelitian dilakukan secara online tanpa adanya pengawasan dari peneliti dan juga tidak dapat mengontrol responden secara langsung. Kedua, hasil penelitian ini hanya dapat untuk melihat gambaran pengerjaan skripsi di masa pandemi dalam lingkup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Ketiga, penelitian ini menggunakan alat ukur motivasi akademik yang berasal dari dasar teori *self determination* karena teori ini saling berkesinambungan satu sama lain yang menyebabkan pada penelitian ini arah hipotesis menjadi bertentangan dengan hasil yang didapat.

4.2 Saran

Berdasarkan temuan yang didapatkan dalam penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat memberikan beberapa saran. Pertama, bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian terhadap kelompok subjek yang berbeda dan menggunakan variabel-variabel lain yang mampu mempengaruhi mahasiswa berprokrastinasi pada masa pandemi seperti jenis kelamin, angkatan, perfeksionisme, dan lain-lain. Kedua, untuk praktisi psikologi, diharapkan dapat menyusun rancangan pendekatan dan pelaksanaan intervensi-intervensi psikologis untuk mengatasi prokrastinasi akademik pada pengerjaan skripsi. Ketiga, untuk mahasiswa diharapkan dapat menjaga motivasi akademiknya, dan mampu melakukan regulasi diri secara tepat agar terhindar dari prokrastinasi akademik, antara lain dapat dilakukan dan membuat perencanaan atau jadwal pencapaian target dengan belajar kelompok atau membuat kelompok diskusi di antara sesama mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmar, D. S. (2016). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kemampuan Berpikir Kreatif Dalam Kimia Peserta Didik Kelas XI IPA Se- Kabupaten Takalar. *Jurnal Sainsmat*, 5(1), 7–23. <https://doi.org/10.35580/Sainsmat5130442016>
- Alfiana, A. D. (2013). Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 245–259.
- Amelia I, K., & Hadiwinarto. (2020). ISSN 2599-1221 (Cetak) ISSN 2620-5343 (Online) https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia. *Jurnal Ilmiah BK*, 3(1), 1–9.
- Amirkhanova, K. M., Ageeva, A. V., & Fakhretdinov, R. M. (2016). Enhancing Students ' Learning Motivation Through Reflective Journal Writing. *Social & Behavioural Science*, 2(1), 14–17.
- Arifin, Z., & Effendi, A. R. (2020). *Pengembangan assessment perilaku prokrastinasi*

- akademik mahasiswa bidikmisi* 9(1), 60–70. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1459>
- Azwar, S. (2016a). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016b). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakar, R. (2014). International Journal Of Asian Social Science The Effect Of Learning Motivation On Student ' S Productive Competencies In Vocational High School , West Sumatra. *International Journal Of Asian Social Sciences*, 4(6), 722–732.
- Damri, D., Engkizar, E., & Anwar, F. (2017). Hubungan Self-Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 74–95. <https://doi.org/10.22373/je.v3i1.1415>
- Emeralda, G. N., & Kristiana, I. F. (2017). hubungan antara dukungan sosial orang tua sekolah menengah pertama. *Jurnal Empati*, 7(3), 154–159.
- Erickson Gaumer, A., & Noonan, P. . (2020). Self-Regulation Assessment Suite Technical Report. *College & Career Competency Framework*, 1–10.
- Fatriyani, U., & Mudjiran. (2014). Kontribusi Self Esteem Terhadap Prokrastinasi. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 1–12.
- Febritama, S., & Sanjaya, E. L. (2018a). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ecopsy*, 5(2), 94–98. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i2.5178>
- Febritama, S., & Sanjaya, E. L. (2018b). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Perilaku Prokastinasi Akademik Pada Mahasiswa Corelation Between Self Regulation And Academic Procastination In Undergraduate Student. *Jurnal Ecopsy*, 5(2), 94–98. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i2.5178>
- Ferrari, J. ., Johnson, J. ., & Mccown, W. . (2014). *Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research, And Treatment*. New York: Plenum Press.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariat Dengan Program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, N. ., & Risnawati, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gollwitzer, P. M., Sheeran, P., Trötschel, R., & Webb, T. L. (2011). Self-Regulation Of Priming Effects On Behavior. *Association Psychological Science*, 22(7), 901–907. <https://doi.org/10.1177/0956797611411586>
- Hendrianur. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Dan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Psikoborneo*, 2(4), 244–252.
- Husetiya, Y. (2010). Hubungan Asertivitas Dengn Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Psikologi*, 3(1).
- Kemendikbud. (2020). *Surat Edaran Tentang Pencegahan Wabah Covid-19 Di Lingkungan Satuan Pendidikan Seluruh Indonesia*.

- Khotimah, R., Radjah, C., & Handarini, D. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Negeri Di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 60–67. <https://doi.org/10.17977/Um001v1i22016p060>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). *Academic Procrastination Of Undergraduates : Low Self-Efficacy To Self-Regulate Predicts Higher Levels Of Procrastination*. 33, 915–931. <https://doi.org/10.1016/J.Cedpsych.2007.07.001>
- Kusaeri, K., & Mulhamah, U. N. (2016). Kemampuan Regulasi Diri Siswa Dan Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Review Pembelajaran Matematika*, 1(1), 31–42. <https://doi.org/10.15642/Jrpm.2016.1.1.31-42>
- Lizzatiani, R. (2014). Manajemen Waktu Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 1 Banyudono Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1–11.
- Maksum, M. F., & Maburi, M. I. (2017). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Craving Pada Mantan Pengguna Narkoba. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(3), 204–213.
- Marvianto, R. D., & Widhiarso, W. (2019). Adaptasi Academic Motivation Scale (AMS) Versi Bahasa Indonesia. *Gajah Mada Journal Of Psychology (Gamajop)*, 4(1), 87–95. <https://doi.org/10.22146/Gamajop.45785>
- Mastura, & Santaria, R. (2020). *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pengajaran Bagi Guru Dan Siswa Pendahuluan*. 3(2), 289–295.
- Mccloskey, J., & Scielzo, S. (2015). Finally!: The Development And Validation Of The Academic Procrastination Scale. *Experiment Finding*, 1–24. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.23164.64640>
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. <https://doi.org/10.25273/Counsellia.V8i1.1868>
- Nitami, M. (2015). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Konselor*, 4(1), 1–12.
- Novera, D. A., & Thomas, P. (2018). Peran Kontrol Diri Dalam Memediasi Pengaruh Motivasi Berprestasi, Perfeksionisme, Dan Kesulitan Ekonomi Terhadap Prokrastinasi Akademik (Studi Kasus Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi FE UNNES). *Economic Education Analysis Journal*, 7(1), 45–58.
- Oettingen, G., Kappes, H. B., Guttenberg, K. B., & Gollwitzer, P. M. (2015). Self-Regulation Of Time Management : Mental Contrasting With Implementation Intentions. *European Journal Of Social Psychology*, 45(1), 218–229.
- Park, S. W., & Sperling, R. A. (2017). *Academic Procrastinators And Their Self-Regulation* *. 3(1), 12–23. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.31003>
- Purnama, S. S. (2014). Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas

- Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Surabaya Academic. *Jurnal BK UNESA*, 4, 628–692.
- Ramadhani, A. (2016). Hubungan Konformitas Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Tidak Bekerja Di Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda. *Psikoborneo*, 4(3), 507–517.
- Rochillah, A., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sma Kelas Xi Sunan Giri Gresik. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 1–6. Retrieved From <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/31997>
- Rumiani. (2016). *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi Dan Stres Mahasiswa*. 3(2), 37–48.
- Sarafino, J. . (2014). *Health Psychology* (8th Ed.). New York: Biopsychology Interaction.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sundaroh, E., Sobari, T., & Irmayanti, R. (2020). Hubungan Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Pada Siswa Kelas Viii Smpn 2 Kadungora Kabupaten Garut Eros Sundaroh 1 , Teti Sobari², Rima Irmayanti 3. *Fokus*, 3(5), 171–177.
- Telaumbanua, S., & Rosito, A. (2016). *Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik Menyelesaikan Skripsi*.Pdf (Pp. 85–104). Pp. 85–104.
- Uno, H. . (2014). *Teori Motivasi Dan Pengukurannya* (10th Ed.). Jakarta: Bumi Aksara.
- Wicaksono, A. ., & Fachmi, N. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi*, 1–9.
- Zimmerman, B. ., & Schunk, D. . (2011). *Handbook Of Self Regulated Learning And Performance*. New York: Routledge.