

# PERAN ANTARA KESADARAN DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA

Kevin Ganymedes Bagaskara Jayaningyudha ; Partini

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

## Abstrak

Mahasiswa yang telah mencapai semester akhir, tugas akhir atau skripsi menjadi tantangan akademis utama yang harus dihadapi sebagai syarat kelulusan. Mahasiswa semester akhir tidak jarang menghadapi berbagai kendala, menyebabkan penundaan dalam penyelesaian tugas akhir dan berujung pada kelulusan yang melebihi batas waktu normal salah satunya adalah prokrastinasi. Berbagai faktor dapat mempengaruhi prokrastinasi, misalnya kesadaran diri dan dukungan sosial. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi bagaimana kecenderungan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk prokrastinasi akademik dan tingkat kesadaran diri dan dukungan sosial mereka. Hipotesis mayor penelitian adalah bahwa ada hubungan simultan yang signifikan antara kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Sedangkan hipotesis minor adalah bahwa ada hubungan parsial yang signifikan antara kesadaran diri dan prokrastinasi akademik mahasiswa, serta hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Sampel penelitian ini adalah 103 mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Teknik sampling yang digunakan adalah Cluster random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala kesadaran diri, skala dukungan sosial dan skala prokrastinasi akademik. Metode analisis data yang digunakan adalah regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peran yang sangat signifikan kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik ( $F= 8,789$ ;  $p = 0,000$ ;  $p < 0,01$ ). Ada peran negatif kesadaran diri terhadap prokrastinasi akademik ( $t= -2,424$ ;  $p = 0,007$ ;  $p < 0,01$ ). Tidak ada peran dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik ( $t = -1,115$ ;  $p = 0,268$ ;  $p < 0,01$ ). Tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta sedang, tingkat kesadaran diri pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah tergolong tinggi, dan tingkat dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah tergolong tinggi. Sumbangan efektif dengan rincian kesadaran diri berperan mendominasi yaitu 10,8 %

**Kata kunci:** Dukungan sosial, Kesadaran diri, Mahasiswa tingkat akhir, Prokrastinasi akademik.

## Abstract

*Students who have reached their final semester, final assignment or thesis are the main academic challenges that must be faced as a graduation requirement. Final semester students often face various obstacles, causing delays in completing final assignments and resulting in graduation that exceeds the normal time limit, one of which is procrastination. Various factors can influence procrastination, for example self-awareness and social support. The aim of this research is to evaluate the tendency of Muhammadiyah University of Surakarta students to academic procrastination and their level of self-awareness and social support. The major research hypothesis is that there is a significant simultaneous relationship between self-awareness and social support and students' academic procrastination. Meanwhile, the minor hypothesis is that there is a significant partial relationship between self-awareness and students' academic procrastination, as well as a significant negative relationship between social*

*support and students' academic procrastination. This research uses quantitative correlational. The population of this study were final year students at the Muhammadiyah University of Surakarta. The sample for this research was 103 final year students at Muhammadiyah University, Surakarta. The sampling technique used is Cluster random sampling. The data collection method uses a self-awareness scale, a social support scale and an academic procrastination scale. The data analysis method used is multiple regression. The research results show that there is a very significant role of self-awareness and social support on academic procrastination ( $F= 8.789$ ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0.01$ ). There is a negative role of self-awareness on academic procrastination ( $t= -2.424$ ;  $p = 0.007$ ;  $p < 0.01$ ). There is no role of social support on academic procrastination ( $t = -1.115$ ;  $p = 0.268$ ;  $p < 0.01$ ). The level of academic procrastination among final year students at Muhammadiyah University of Surakarta is moderate, the level of self-awareness among final year students at Muhammadiyah University is high, and the level of social support for final year students at Muhammadiyah University is high. Effective contributions with details of self-awareness playing a dominant role, namely 10.8%*

**Keywords:** *Social support, self-awareness, final year students, academic procrastination.*

## 1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah kelompok orang yang sedang mengalami transisi menuju masa dewasa, mereka biasanya berusia antara 18 dan 25 tahun dan bertanggung jawab sepenuhnya atas pertumbuhan pribadi mereka, membawa beban tanggung jawab atas perjalanan menuju kedewasaan. Setiap mahasiswa yang mendaftar di perguruan tinggi harus mematuhi ketentuan yang berlaku, termasuk batas studi. Mahasiswa seharusnya dapat menyelesaikan program dalam waktu 3,5 hingga 5 tahun. Menurut peraturan akademik Universitas Muhammadiyah Surakarta, mahasiswa harus menyelesaikan pendidikannya dalam waktu empat tahun (delapan semester) atau selambat-lambatnya tujuh tahun (empat belas semester), dengan toleransi keterlambatan maksimal tujuh tahun. Oleh karena itu, mahasiswa dianggap lulus tepat waktu jika mereka berhasil menyelesaikan semua mata kuliah dalam waktu delapan semester.

Menurut (UU RI Nomor 12 tahun 2012) mengamanatkan bahwa mahasiswa yang berusaha meraih gelar sarjana diharapkan memenuhi persyaratan Trimarda perguruan tinggi. Universitas Muhammadiyah Surakarta, sebagai institusi pendidikan tinggi terkemuka di Jawa Tengah, juga mengikuti ketentuan undang-undang tersebut. Dalam konteks ini, mahasiswa tingkat sarjana (S-1) diwajibkan untuk menyelesaikan skripsi sebagai bagian integral dari proses akademis mereka dalam memperoleh gelar sarjana.

Bagi mahasiswa yang telah mencapai semester akhir, tugas akhir atau skripsi menjadi tantangan akademis utama yang harus dihadapi sebagai syarat kelulusan (Seto, dkk, 2020). Keberhasilan dalam penulisan skripsi tidak semata-mata dilihat dari nilai akhir yang diperoleh, melainkan juga dari penilaian penulis terhadap tujuan dan manfaat dari penelitian tersebut (Rahmat & Bakhrul, 2020). Namun, tuntutan akademik bagi mahasiswa semester akhir tidak jarang menghadapi berbagai kendala, menyebabkan penundaan dalam penyelesaian tugas akhir dan berujung pada kelulusan yang melebihi

batas waktu normal. Faktor-faktor seperti penggunaan smartphone yang berlebihan, keterlibatan dalam pekerjaan di luar akademik, partisipasi dalam kegiatan organisasi, tekanan dari teman sebaya, dan hambatan akademik sering menjadi penyebab prokrastinasi pada mahasiswa di akhir masa kuliah (Khairun & Hakim, 2019; Tezer et. al., 2020). Di samping beberapa hal yang menjadi penghambat mahasiswa melakukan prokrastinasi juga tidak dapat dilepaskan dari kepribadian mahasiswa sendiri dikemukakan oleh Bernard (dalam Catrunada & Puspitawati, 2008, h. 4). Hal tersebut didukung oleh penelitian Díaz-Morales, Cohen, & Ferrari (2008) yang menyatakan bahwa prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lainnya yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung. Kepribadian sebagai faktor yang memegang peranan penting dalam perilaku sehari-hari dan merupakan suatu bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan di mana individu tinggal.

Menurut data yang dikumpulkan oleh peneliti dari Bagian Akademik Prodi S1 Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, ada mahasiswa yang telah lulus lebih dari delapan semester dan masih terdaftar sebagai mahasiswa aktif meskipun sudah melampaui batas waktu yang ditentukan. Bagian akademik tersebut memiliki mahasiswa aktif yang sedang mengerjakan skripsi sebanyak 275 mahasiswa pada angkatan tahun 2017-2019 diantaranya terdapat 22 mahasiswa diangkatan 2017, 71 mahasiswa diangkatan 2018, 182 mahasiswa diangkatan 2019. Prokrastinasi pada mahasiswa menjadi perhatian utama, seperti yang terungkap dalam studi yang diselenggarakan di Universitas Surabaya. Menurut Suhadianto (2019), 73% siswa menunda tugas seperti menyusun makalah dan skripsi, 76,8% menunda membaca buku atau referensi, 61,8% menunda kegiatan belajar, 54,4% menunda menyelesaikan administrasi akademik, dan 56,8% terlambat masuk kelas. Dengan persentase yang tinggi ini, perlu diakui bahwa mahasiswa yang prokrastinasi adalah masalah yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Lubis (2018) menyatakan bahwa siswa harus memiliki kecerdasan kognitif, pemikiran kritis, dan keterampilan emosional untuk mengendalikan hubungan sosial dan pribadi.

Ketidakmampuan untuk mengelola waktu dengan baik adalah salah satu ciri perilaku prokrastinasi akademik (Rosário et al., 2009), yang dapat menyebabkan kesulitan bagi siswa untuk menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Data administrasi dari jurusan keperawatan Universitas Negeri Gorontalo pada tahun 2022 menunjukkan bahwa mahasiswa masih mengontrak mata kuliah skripsi. Ini terlihat dari jumlah Ners B 155 yang seharusnya menyelesaikan skripsi dari tahun 2016 hingga 2018. Ini menunjukkan bahwa terlalu lama menunda studi dapat berdampak negatif pada pencapaian tujuan utama siswa dalam menyelesaikan pendidikan mereka (Soeli & Yusuf, 2022). Hasil dari penelitian Zuraida (2019) membuktikan bahwa tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama terdapat 32.47% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi, 45.45% memiliki prokrastinasi sedang dan 22.08% memiliki tingkat prokrastinasi rendah. Mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik rendah maka semakin tinggi tingkat prestasi belajarnya, namun sebaliknya jika

mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik semakin tinggi maka hasil prestasi belajarnya juga semakin rendah.

Kata prokrastinasi sebagaimana dikemukakan oleh Ferrari, dkk (1995) Prokrastinasi adalah kebiasaan yang umum terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dan kata tersebut berasal dari bahasa latin *procrastinare* yang secara semantik terdiri dari dua kata yaitu *pro* dan *cratinus*. Istilah *pro* berarti “bergerak ke depan (*moving forward*)” sedangkan *cratinus* berarti “milik hari esok (*belonging to tomorrow*)”. Sehingga istilah *procrastinare* mempunyai makna “menunda sampai kepada hari berikutnya”. Dalam pengertian ini, prokrastinasi mengindikasikan penundaan suatu tugas hingga hari berikutnya. Solomon dan Rothblum (1984) mengatakan bahwa salah satu tugas mahasiswa yang sering menggunakan prokrastinasi yaitu seperti tugas mengarang, menulis skripsi, laporan praktikum, membaca dan belajar untuk ujian. Prokrastinasi merupakan perilaku yang kerap dilakukan dalam kegiatan sehari-hari. Prokrastinasi bisa dilakukan oleh siapa saja dan di mana saja. Burka & Yuen (dalam Ferrari & Tice, 2000) mengemukakan bahwa prokrastinasi bisa dilakukan pada berbagai macam tugas dan dalam berbagai konteks. Berdasarkan uraian di atas, bisa disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan tindakan penundaan yang dilakukan secara sengaja terhadap tugas-tugas dalam lingkup kehidupan akademik yang berguna untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Menurut Ferrari, dkk (1995) prokrastinasi akademik dapat dilihat melalui beberapa aspek yang dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri nya, yaitu (1) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas. Seseorang menunda-nunda untuk memulai mengerjakan maupun menyelesaikan sampai tuntas jika sudah mulai mengerjakan tugas tersebut sebelumnya; (2) Keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Hal ini dapat dilihat dari kecenderungan seseorang menghabiskan waktu yang lebih lama untuk mengerjakan tugas disebabkan karena mempersiapkan diri secara berlebihan. Disisi lain seseorang melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki; (3) Kesenjangan waktu antara niat dan perilaku. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan sendiri, akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan; dan (4) Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Kecenderungan seseorang untuk mengalihkan perhatian atau melakukan tindakan yang tidak relevan dengan tugas yang seharusnya dilakukan. Ini berarti seseorang mungkin menunda pekerjaan yang penting dengan sengaja mengalihkan perhatian ke hal-hal lain yang mungkin lebih menyenangkan atau kurang menantang.

Menurut Ferrari (1995) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan dua macam yaitu faktor internal (dari dalam diri individu) dan faktor eksternal (dari luar diri individu). Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu diantaranya yaitu evaluasi diri, efikasi diri, pusat kendali, regulasi diri, kesadaran diri, dan kecemasan.

Faktor eksternal yaitu faktor-faktor diluar individu yang ikut mempengaruhi kecenderungan timbulnya prokrastinasi pada seseorang, antara lain: gaya pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan yang laten, kondisi lingkungan yang mendasarkan pada penilaian akhir, serta dukungan sosial. Berdasarkan 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 sosial yang menjadi variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini.

Salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu kesadaran diri. Kesadaran diri merupakan kemampuan memahami perasaan dan menilai diri secara akurat serta bagaimana emosi mempengaruhi perbuatan individu, terutama kecakapan emosi (Goleman, 2000). Suhadianto (2019) menjelaskan kesadaran diri terdapat pada Emotional Intellegency, dan inilah pengembangan dimulai menuju pada kesadaran diri seperti rasa tanggung jawab dan keberanian. Jadi kesimpulannya adalah kesadaran diri (self-awareness) merupakan bentuk pemahaman mengenai dirinya sendiri sehingga dapat mengenali, mengontrol perasaan, pikiran, dan perbuatan kepada orang lain. Steven & Howard (2003) juga menjelaskan bahwa kesadaran diri (self-awareness) adalah kemampuan dalam memahami perasaan, alasan melakukan suatu hal tersebut, dan sadar akan pengaruh perilakunya kepada orang lain

Menurut Goleman (2000) terdapat 3 aspek kesadaran diri yaitu: a. Kesadaran emosi, yaitu individu mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya; b. Penilaian diri secara akurat, yaitu kesadaran untuk dapat memahami emosi dirinya dan bagaimana dampak atau pengaruh emosi pada dirinya; c. Percaya diri, yaitu rasa percaya dan sebuah keyakinan dalam diri sehingga seseorang bisa memaksimalkan kelebihan dalam diri yang mana akhirnya dapat memahami kelebihan dan kekurangannya.

Seseorang yang mampu mengenali dan memahami karakter dirinya dengan baik maka akan memiliki kesadaran diri yang baik pula, dengan adanya kesadaran diri tersebut, peserta didik mampu untuk mengontrol perilakunya sehingga prokrastinasi akademik yang terus berkembang bisa diminimalisir. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nadia (2018) menunjukkan hasil statistik adanya hubungan yang negatif antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai korelasi sebesar  $-0,222$  ( $p=0,014$ ). Ini berarti semakin tinggi kesadaran diri mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan dan sebaliknya semakin rendah kesadaran diri mahasiswa maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian Vinda Chairunnisa & Dika Sahputra (2019) juga menunjukkan bahwa kesadaran diri serta prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa dalam kategori sedang. Qomariyah (2018) juga menunjukkan korelasi antara kedua variabel yang berhubungan negatif sehingga semakin tinggi kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa maka prokrastinasi mahasiswa akan menurun. Kesimpulan dan hasil dari penelitian ditemukannya korelasi pada kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan konseling semester lima di UMN Alwashliyah Medan. Ini berarti semakin tinggi kesadaran diri peserta didik maka semakin rendah prokrastinasi yang dilakukan dan begitu pula sebaliknya semakin rendah

kesadaran diri peserta didik maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

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). Amelia, dkk (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. Purede, dkk (2022) juga menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Seperti yang telah dijelaskan oleh (Ferrari, 1995) faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik meliputi dua faktor yakni faktor internal dan juga eksternal.

Pada faktor eksternal ini meliputi gaya pengasuhan orang tua, kondisi lingkungan yang laten, kondisi lingkungan yang mendasarkan pada penilaian akhir, serta dukungan sosial. Dukungan sosial sendiri merupakan komponen dari faktor eksternal yang terjadi pada prokrastinasi akademik ini yaitu pada kondisi lingkungan tiap individu. Hal ini berkaitan dengan tinggi rendahnya pengawasan atau dukungan yang diberikan. Pengawasan atau dukungan ini di dapatkan dari hubungannya dengan orang lain ataupun dari lingkungan tempat tinggal individu tersebut.

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial adalah orang lain memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan terhadap seseorang atau kelompok. Dukungan sosial biasanya didapatkan melalui keluarga, saudara, teman, pasangan, rekan kerja, dan organisasi atau kegiatan yang diikuti. Dukungan dari orang sekitar adalah sumber paling berpengaruh dalam kehidupan seorang individu. Dukungan sosial ini dapat berbentuk motivasi, ucapan penyemangat. Seseorang yang menerima dukungan sosial dari orang terdekatnya biasanya mereka akan merasa dicintai, dihargai dan diperhatikan. Sedangkan menurut Amseke (2018) dukungan sosial merupakan jenis kenyamanan, perhatian, penghargaan, nasihat, dan informasi relevan yang diberikan oleh mereka yang memiliki hubungan sosial yang dekat dengan yang menerima bantuan. Maka dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh keluarga, saudara, teman, pasangan, rekan kerja, organisasi atau kegiatan yang diikuti, dan lingkungan sebagai bentuk perhatian maupun pertolongan terhadap individu yang sedang membutuhkan dukungan sosial memiliki beberapa aspek menurut Sarafino (2011) diantaranya: (1) dukungan emosional, dalam aspek emosional melibatkan kelekatan, jaminan, dan dorongan agar percaya dengan orang lain, hingga individu tersebut yakin jika orang lain dapat memberikan rasa nyaman yang tulus; (2) dukungan penghargaan/penilaian, dukungan ini berupa ekspresi setuju serta penilaian positif terhadap kemampuan orang lain serta dukungan untuk maju dan semangat; (3) dukungan instrumental, dukungan ini berupa bantuan

langsung baik finansial maupun sarana pendukung lainnya; (4) dukungan informasional, dukungan ini berupa informasi dengan memberikan masukan, arahan, dan informasi lain yang dibutuhkan guna menyelesaikan suatu permasalahan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2018) kepada mahasiswa, didapatkan bahwa ada hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orang tua dengan hasil analisis data dengan 50 orang subjek penelitian diketahui hasil koefisien korelasi sebesar  $r = -0,224$ . Hubungan negatif antara prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orang tua menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dukungan orang tua yang dimiliki oleh mahasiswa, semakin besar dukungan orang tua yang dimiliki mahasiswa maka prokrastinasi akademik mahasiswa akan menurun begitupun sebaliknya.

Penelitian ini bermanfaat pada beberapa bidang antara lain, manfaat teoritis dan praktis. Manfaat teoritisnya meliputi penambahan pengetahuan peneliti tentang peran antara kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, penambahan bidang penelitian, dan sumber penelitian baru. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) bagi peneliti sendiri, yaitu meningkatkan pemahaman mereka tentang bagaimana prokrastinasi akademik memengaruhi kehidupan mereka; 2) bagi instansi, yaitu meningkatkan pemahaman mereka tentang bagaimana prokrastinasi akademik mempengaruhi prestasi akademik.

Berdasarkan uraian manfaat teoritis dan praktis serta penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas, Adapun rumusan masalah yang ada pada penelitian ini adalah apakah terdapat peran kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta? apakah terdapat peran dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta? apakah terdapat peran kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta? Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peran kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Mengetahui peran dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta, Mengetahui peran kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dinamika hubungan dalam penelitian ini akan melibatkan analisis mendalam terkait peran kesadaran diri dan dukungan sosial dalam konteks prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa. Penelitian ini akan mengeksplorasi sejauh mana tingkat kesadaran diri mahasiswa berpengaruh terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik mereka. Selain itu, penelitian ini juga akan menyelidiki dampak dukungan sosial yang diterima mahasiswa dalam mengurangi prokrastinasi akademik mereka. Melalui pendekatan ini, penelitian akan menelusuri bagaimana kesadaran diri dapat

menjadi faktor penentu dalam mengelola waktu dan tanggung jawab akademik, sehingga berpotensi meminimalkan prokrastinasi. Selanjutnya, peran dukungan sosial akan diidentifikasi sebagai elemen kunci yang dapat membantu mahasiswa mengatasi tantangan prokrastinasi melalui aspek dukungan dan bimbingan dari lingkungan sosial mereka. Dengan demikian, dinamika hubungan dalam penelitian ini akan menggambarkan interaksi kompleks antara kesadaran diri, dukungan sosial, dan kecenderungan prokrastinasi akademik mahasiswa, membawa pemahaman yang lebih mendalam terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku akademik mahasiswa.

Pada penelitian (Satriantono & Wibowo, 2022) hanya terdapat hubungan 2 variabel dan kurangnya penelitian lanjut tentang faktor-faktor dan aspek lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Turmudi & Suryadi (2021) penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kualitatif yang merupakan penelitian subjektif, pada penelitian tersebut tidak dapat mewakili suatu kelompok atau kriteria inklusi secara luas karena terdiri dari pendapat maupun pengalaman sebagian orang. Sedangkan ada penelitian Amelia & Hadiwinarto (2020) memiliki subjek yang berbeda dengan subjek yang akan digunakan pada penelitian ini dan subjek dari penelitian tersebut adalah siswa SMA. Berdasarkan penelitian-penelitian yang tertera novelty pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa perlu adanya penelitian lebih lanjut sehingga ada pembaruan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Sehingga peneliti tetap perlu untuk meneliti masalah prokrastinasi secara lanjut.

Berdasarkan ulasan diatas, terdapat 2 hipotesis pada penelitian ini diantaranya hipotesis mayor dan hipotesis minor. 1. Hipotesis mayor yakni adanya peran antara kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. 2. Hipotesis minor pada penelitian ini yakni, terdapat peranan negatif antara kesadaran diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dan terdapat peranan negatif antara dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan hubungan kuantitatif korelasional untuk mengidentifikasi dan mengukur tingkat hubungan antara dua variabel dan mengukur seberapa kuat yang dapat diukur antara variabel tersebut (Kusumastuti et al, 2021). Metode ini dilakukan melalui penggunaan uji statistik seperti uji linieritas dan normalitas. Penelitian ini dapat mengukur dua variabel atau lebih. (Cresswell, 2013).

Variabel dalam penelitian ini ada tiga, 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat yakni kesadaran diri (X1) dan dukungan sosial (X2) sebagai variabel bebas, sedangkan prokrastinasi akademik (Y) sebagai variabel terikat. Identifikasi dari ketiga variabel yang diteliti adalah sebuah pernyataan eksplisit terkait kebermaknaan fungsi setiap variabel yang akan diteliti.

Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda kegiatan dan perilaku yang terkait dengan pendidikan, seperti tugas, proyek, dan kewajiban akademik.

Kesadaran diri adalah kemampuan seseorang untuk memahami dan menilai diri mereka sendiri. Ini

termasuk memahami bagaimana perasaan dan bagaimana perasaan mempengaruhi perilaku, terutama dalam hal kecakapan emosional.

Dukungan Sosial dapat diartikan informasi yang diberikan oleh orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang mendapat perhatian, kasih sayang, dan penghargaan, serta dianggap sebagai bagian dari hubungan yang terdiri dari komunikasi dan tanggung jawab bersama.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Ilmu Komunikasi, dan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi meliputi mahasiswa fakultas ekonomi dan bisnis, mahasiswa fakultas ilmu komunikasi, dan mahasiswa fakultas psikologi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 103 mahasiswa mewakili seluruh populasi. Sampel dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yang ditetapkan oleh peneliti untuk memastikan bahwa sampel yang diambil dapat mewakili seluruh populasi dengan baik. Kriteria tersebut berupa: 1) Mahasiswa aktif S1 Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Ilmu Komunikasi, dan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi, 2) Bersedia mengisi Form Inform Consent. Dalam penelitian ini, jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin. Berdasarkan rumus tersebut, didapatkan bahwa jumlah sampel minimal yang diperlukan dalam penelitian ini adalah 103 responden. Teknik sampling pada penelitian ini yaitu menggunakan Cluster random sampling, yaitu teknik sampling daerah untuk menentukan sampel bila objek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas.

#### Metode dan Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan tahap penelitian yang dilakukan guna pemahaman terkait kontribusi penelitian dan penjelasan literatur pendukung aspek penelitian yang diamati (Hartono, 2018). Skala Prokrastinasi akademik, kesadaran diri, dan dukungan sosial digunakan untuk mengumpulkan data.

Prokrastinasi akademik diukur menggunakan skala prokrastinasi akademik yang dikembangkan menurut teori Ferrari, dkk (1995) yang disusun berdasarkan aspek yang meliputi: Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara niat dan perilaku, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Skala ini terdiri dari 25 item, dengan 12 item yang favourable dan 13 item yang unfavourable. Berikut disajikan blueprint skala prokrastinasi akademik yang digunakan :

| Aspek  | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | Jumlah |
|--|-------------------|---------------------|--------|
| Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas. | 2                 | 3, 7, 8             | 4      |
| Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.           | 11, 12, 15, 16    | 9, 10, 14           | 7      |

|   |                |                |    |
|---|----------------|----------------|----|
| Kesenjangan waktu antara niat dan perilaku.       | 17, 18, 22, 23 | 19, 20, 24     | 7  |
| Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. | 25, 31, 33     | 27, 28, 29, 32 | 7  |
| Total   |                |                | 25 |

Kesadaran diri diukur menggunakan skala kesadaran diri yang dikembangkan menurut teori Goleman (2000) yang disusun berdasarkan aspek yang meliputi: Kesadaran emosi, penilaian diri secara akurat, dan percaya diri. Skala ini terdiri dari 20 item, dengan 9 item yang favourable dan 11 item yang unfavourable. Berikut disajikan blueprint skala kesadaran diri yang digunakan:

| Aspek                         | <i>Favourable</i> | <i>Unfavourable</i> | Jumlah |
|-------------------------------|-------------------|---------------------|--------|
| Kesadaran emosi.              | 2, 5              | 1, 3, 4, 7, 8       | 7      |
| Penilaian diri secara akurat. | 9, 10, 13, 14     | 11, 12, 15, 16      | 8      |
| Percaya diri                  | 17, 18, 19        | 21, 22              | 5      |
| Total                         |                   |                     | 20     |

Dukungan sosial diukur menggunakan skala dukungan sosial yang dikembangkan menurut teori Sarafino (2011) yang disusun berdasarkan aspek meliputi: Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasional. Skala ini terdiri dari 24 item, dengan 14 item favourable dan 6 item unfavourable. Berikut disajikan blueprint skala dukungan sosial yang digunakan:

| Aspek                   | <i>Favourable</i>  | <i>Unfavourable</i> | Jumlah |
|-------------------------|--------------------|---------------------|--------|
| Dukungan emosional.     | 1, 2, 3, 7, 8      | 5, 6, 8             | 8      |
| Dukungan penghargaan.   | 13, 15, 16, 19     | 17                  | 5      |
| Dukungan instrumental.  | 20, 22, 23, 25     | -                   | 4      |
| Dukungan informasional. | 26, 27, 28, 31, 32 | 33, 35              | 7      |
| Total                   |                    |                     | 24     |

Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Cukup Setuju (CS), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) merupakan Lima alternatif pilihan dalam skala Likert yang digunakan dalam Penelitian ini. Pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*) digunakan dalam skala Likert untuk menentukan sikap dan memiliki skor aitem skala sesuai pada tabel 4 berikut:

| <i>Favourable</i>   | <i>Unfavourable</i> | Skor |
|---------------------|---------------------|------|
| Sangat setuju       | Sangat tidak setuju | 5    |
| Setuju              | Tidak setuju        | 4    |
| Cukup setuju        | Cukup setuju        | 3    |
| Tidak setuju        | Setuju              | 2    |
| Sangat tidak setuju | Sangat setuju       | 1    |

Alat ukur yang digunakan dipastikan valid dan reliabel sebelum untuk mengumpulkan data. Validitas didefinisikan sebagai tingkat kesesuaian antara data yang dikumpulkan dari subjek penelitian dan data yang disampaikan oleh peneliti (Hardani et al., 2020). Uji validitas yang digunakan adalah uji validitas isi. Validitas isi yang dipergunakan pada penelitian ini menitik beratkan pada penyajian data terhadap komponen-komponen alat ukur agar dapat diterapkan analisis logis terhadapnya. Proses penilaian dan memvalidasi item skala, validitas isi dievaluasi oleh para ahli (*expert judgement*) dan dirinci secara rinci (Azwar, 2014). Pendapat 8 penilai menjadi landasan uji validitas penelitian ini. Microsoft excel digunakan untuk analisis setelah validitas dinilai menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Kriteria pengujiannya adalah: suatu instrumen dianggap valid apabila  $V \geq 0,81$ , dan dianggap tidak valid jika  $V < 0,81$ . Butir tersebut dapat dikategorikan mampu mewakili isi secara keseluruhan jika V mendekati 1,00

Reliabilitas adalah suatu konsistensi alat ukur untuk mengukur suatu objek yang menjadi sebuah target (Matondang, 2009). Reliabilitas mengacu pada pengukuran yang dilakukan pada subjek yang sama menghasilkan hasil yang hampir identik setiap saat, maka hasil pengukuran tersebut dapat dianggap andal. Adam & Prison (dalam Yusup, 2018) menyatakan bahwa tes Cronbach's Alpha dapat digunakan untuk menilai reliabilitas instrumen dengan jawaban ganda. Bentuk instrumen dapat berupa esai, angket, atau kuesioner Untuk menguji Reliabilitas terdapat standar dalam menggunakan alat SPSS 26 yaitu jika uji statistik Cronbach Alpha  $> 0,6$  maka instrumen alat tersebut dikatakan reliabel. Koefisien reliabilitas yang  $< 0,60$  menunjukkan bahwasanya alat tersebut tidak dapat diterima; 0,60 hingga 0,65 menunjukkan dapat diterima namun tidak memuaskan; 0,65 hingga 0,70 menunjukkan minimal yang dapat diterima; 0,70 hingga 0,80 menunjukkan dapat diterima; 0,80 hingga 0,90 menunjukkan sangat baik; dan 0,90 dan lebih tinggi dapat dipersingkat skalanya (Saifuddin, 2020).

Hasil rentang uji validitas skala prokrastinasi akademik dengan rentang V yang diperoleh 0,8125 hingga 0,937 terdapat 8 aitem yang gugur yakni aitem 1, 4, 5, 6, 13, 21, 26, dan 30 hingga tersisa 25 aitem. Selanjutnya hasil rentang uji skala kesadaran diri dengan rentang V yang diperoleh 0,812 hingga

0,968 terdapat 2 aitem yang gugur yakni aitem 6 dan 20 hingga tersisa 20 aitem. Kemudian skala dukungan sosial didapatkan rentang  $V$  antara 0,8125 hingga 0,937 terdapat 11 aitem yang gugur yakni aitem 6, 11, 13, 14, 16, 20, 23, 26, 31, 32, dan 36 hingga tersisa 24 aitem.

Hasil reliabilitas untuk skala prokrastinasi diperoleh dari hasil koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,830, skala kesadaran diri yaitu sebesar 0,874, dan skala dukungan sosial yaitu 0,905 yang berarti skala penelitian ini reliabel karena koefisiennya berada diatas 0,6.

Penelitian ini mempergunakan teknik analisis data yang disebut analisis regresi berganda melalui perangkat lunak SPSS 26. Teknik ini digunakan untuk menilai dan mengukur tingkat hubungan antara semua variabel independen ( $X$ ), yaitu kesadaran diri dan dukungan sosial, dan variasi yang diamati dalam variabel dependen ( $Y$ ) yaitu prokrastinasi akademik dalam model (Kurniawan, 2016).

Uji normalitas bertujuan untuk memastikan apakah data yang digunakan untuk mengukur variabel kesadaran diri, dukungan sosial, dan prokrastinasi akademik pada penelitian ini berdistribusi normal. Ketika  $asym\ sig.\ 2\ tailed > 0,05$  hasil uji kolmogrov smirnov dan hasil pengujian kolmogrov smirnov  $> 0,05$  menunjukkan hasil yang signifikan maka data dianggap normal (Mardiatmoko, 2020).

Uji linieritas, pada uji ini dilakukan sebagai syarat-syarat didalam analisis korelasi atau regresi linear dengan menggunakan signifikansi Linearity atau deviation from linearity. Tujuannya guna mengetahui apakah dari dua atau lebih variabel mempunyai hubungan yang tidak signifikan atau mempunyai hubungan yang linier. Dalam menentukan hipotesis berlandaskan hasil uji linieritas dianggap linier jika nilai signifikansi linierity  $p < 0,05$  atau nilai dari deviation from linearity ( $p > 0,05$ ) (Nugraha, 2022).

Uji Heteroskedastisitas merupakan salah satu bagian dari uji asumsi klasik yang bertujuan untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan variasi nilai residual di antara berbagai pengamatan. Model regresi yang ideal adalah model yang tidak menunjukkan gejala heteroskedastisitas. Peneliti menggunakan grafik scatterplot untuk menentukan apakah model regresi memiliki heteroskedastisitas atau tidak. Dikatakan tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi jika:

- Titik secara acak tersebar di atas atau di bawah sekitar angka 0
- Pola tidak berbentuk bergelombang ataupun menyempit dan melebar
- Tidak terkumpul hanya pada bagian atas atau bawah saja
- Gambar menunjukkan titik tidak berpola

Uji multikolinieritas bertujuan untuk memastikan apakah variabel independen dan dependen berhubungan dan memiliki hubungan. Jika dua buah data serupa satu sama lain, maka keduanya dikatakan multikolinier. Dengan menggunakan uji regresi linier pada SPSS, multikolinieritas diperiksa dengan memeriksa nilai toleransi dan hasil Variance Inflation Factor (VIF). Nilai toleransi  $> 0,10$  atau nilai VIF  $< 10$  digunakan sebagai batasan umum untuk menunjukkan adanya multikolinieritas. Menghilangkan variabel dari model regresi adalah cara untuk memperbaiki model jika gejala multikolinieritas mulai terlihat (Nugraha, 2022).

Uji hipotesis dilakukan dengan uji F yang dilanjutkan dengan uji asumsi untuk menentukan apakah variabel independen berpengaruh secara simultan terhadap variabel dependen. Variabel independen

dianggap berpengaruh simultan apabila nilai signifikannya  $< 0,05$ . Perangkat lunak yang disebut IBM SPSS Statistics 26 digunakan untuk melakukan setiap pengujian. Untuk mengetahui fungsi atau hubungan antara dua variabel independen dan variabel dependen, penelitian ini mempergunakan analisis regresi linier berganda.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Variabel prokrastinasi akademik, kesadaran diri, dan dukungan sosial mempunyai data yang terdistribusi dengan normal. Hal ini ditunjukkan dengan variabel prokrastinasi akademik, kesadaran diri, dan dukungan sosial diperoleh nilai normalitas residual Kolmogrov-Smirnov dengan subjek penelitian ini 103 mahasiswa fakultas ekonomi dan bisnis, fakultas psikologi, dan fakultas ilmu komunikasi diperoleh nilai kolmogrov-smirnov dengan nilai signifikansi = 0,200 ( $p > 0,05$ ) yang berarti variabel prokrastinasi akademik, kesadaran diri, dan dukungan sosial memiliki data yang terdistribusi secara normal. Uji Linieritas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa linieritas antara kesadaran diri dan prokrastinasi akademik didapatkan nilai F hitung 16,800 dan signifikansi 0,000 ( $p \text{ linearity} < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa hubungan antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik adalah linier. Hasil uji linieritas antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik diperoleh nilai F hitung sebesar 11,399 dan signifikansi 0,000 ( $p \text{ linearity} < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik adalah linier. Uji Heteroskedastisitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi penelitian ini, hal itu dibuktikan dengan titik tersebar secara acak di sekitar atas maupun bawah angka 0, pola tidak berbentuk bergelombang ataupun menyempit dan melebar, tidak terkumpul hanya pada bagian atas atau bawah saja, serta menunjukkan tidak berpola. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi adanya heteroskedastisitas dan model regresi yang baik serta ideal dapat terpenuhi. Hasil uji multikolinearitas pada penelitian ini menggunakan tabel coefficients pada bagian Collinearity Statistics menunjukkan bahwa nilai tolerance untuk variabel kesadaran diri (X1) dan dukungan sosial (X2) adalah 0,600, yang lebih besar dari 0,1. Kemudian, nilai VIF untuk variabel kesadaran diri (X1) dan dukungan sosial (X2) adalah 1,668, yang kurang dari 10. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan dalam uji multikolinearitas, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas dalam model regresi. Seluruh hasil uji asumsi sudah terlampir dibagian lampiran penelitian ini.

|                            |                        | Prokrastinasi Akademik | Kesadaran Diri | Dukungan Sosial |
|----------------------------|------------------------|------------------------|----------------|-----------------|
| <i>Pearson Correlation</i> | Prokrastinasi Akademik | 1,000                  | -,373          | -,315           |
|                            | Kesadaran Diri         | -,373                  | 1,000          | ,633            |

|                        |                        |       |      |       |
|------------------------|------------------------|-------|------|-------|
|                        | Dukungan Sosial        | -,315 | ,633 | 1,000 |
| <i>Sig. (1-tailed)</i> | Prokrastinasi Akademik | .     | ,000 | ,001  |
|                        | Kesadaran Diri         | ,000  | .    | ,000  |
|                        | Dukungan Sosial        | ,001  | ,000 | .     |

Hasil uji hipotesis ditemukan bahwa kesadaran diri memiliki peran terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta ( $r = -0,373$  Sig. (1-tailed) =  $0,000 < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat dikatakan hipotesis minor 1 diterima dan terdapat peranan yang negatif. Prokrastinasi akademik mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta dapat dikatakan terdapat peranan dengan dukungan sosial dan hipotesis minor 2 diterima, sesuai hasil uji hipotesis ( $r = -0,315$  Sig. (1-tailed) =  $0,000 < 0,05$ )

| Variabel  | <i>Rsquare</i> | <i>F</i> | <i>Sig</i> | Keterangan                               |
|---|----------------|----------|------------|--|
| Kesadaran Diri, Dukungan Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik | 0,150          | 8,789    | 0,000      | Terdapat hubungan yang sangat signifikan |

Hasil dari pengujian hipotesis simultan variabel kesadaran diri (X1) dan dukungan sosial (X2) secara simultan berperan sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik (Y) ( $F=8,789$ ;  $p=0,000$ ;  $p<0,01$ ) Maka dapat disimpulkan hipotesis diterima.

| Variable                                       | <i>Correlation</i> ( $\beta$ ) | t hitung | t tabel | Sig ( <i>p</i> ) | Keterangan                                  |
|--|--------------------------------|----------|---------|------------------|---|
| Kesadaran diri terhadap Prokrastinasi akademik | -0,368                         | -2,424   | 1,660   | 0,007            | Ada hubungan negatif yang sangat signifikan |
| Dukungan sosial terhadap                       | -0,11                          | -1,11    | 1,660   | 0,268            | Tidak ada                                   |

|                        |   |   |                          |
|------------------------|---|---|--------------------------|
| Prokrastinasi akademik | 2 | 5 | hubungan yang signifikan |
|------------------------|---|---|--------------------------|

Secara parsial, temuan uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi (Beta) pada regresi berganda dapat dipergunakan dengan tujuan melihat arah hubungan antara variabel. Hubungan antara kesadaran diri berperan negatif sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik (Y). ( $t = -2,424$ ;  $p = 0,007$ ;  $p < 0,01$ ) maka dapat disimpulkan hipotesis pertama diterima. Selanjutnya hubungan dukungan sosial tidak berperan terhadap prokrastinasi akademik (Y) ( $t = -1,115$ ;  $p = 0,268$ ;  $p > 0,01$ ), sehingga hipotesis kedua tidak diterima.

| Interval                | Rerata Empirik | Rerata Hipotetik | Kriteria      | Frequency | Percent |
|-------------------------|----------------|------------------|---------------|-----------|---------|
| $X \leq 49,95$          |                |                  | Sangat Rendah | -         | -%      |
| $49,96 < X \leq 66,65$  |                |                  | Rendah        | 9         | 8,7%    |
| $66,66 < X \leq 83,35$  | 82             | 75               | Sedang        | 53        | 51,5%   |
| $83,36 < X \leq 100,05$ |                |                  | Tinggi        | 33        | 32%     |
| $125,1 < X$             |                |                  | Sangat Tinggi | 8         | 7,8%    |
| Total                   |                |                  |               | 103       | 100%    |

Berdasarkan data diatas disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan mean empirik 82 serta rerata hipotetik 75 tergolong sedang dengan presentase 51,5 %, dari data tersebut menjelaskan 0% mahasiswa tingkat akhir dengan tingkat prokrastinasi akademik sangat rendah, 8,7% dengan tingkat prokrastinasi akademik rendah, 32% dengan tingkat prokrastinasi akademik tinggi, 7,8% dengan tingkat prokrastinasi akademik sangat tinggi.

| Interval               | Rerata Empirik | Rerata Hipotetik | Kriteria      | Frequency | Percent |
|------------------------|----------------|------------------|---------------|-----------|---------|
| $X \leq 40,5$          |                |                  | Sangat Rendah | -         | -%      |
| $40,6 < X \leq 53,35$  |                |                  | Rendah        | -         | -%      |
| $53,36 < X \leq 66,65$ |                | 60               | Sedang        | 22        | 21,4%   |
| $66,66 < X \leq 79,95$ | 74,2           |                  | Tinggi        | 54        | 52,4%   |
| $99,9 < X$             |                |                  | Sangat Tinggi | 27        | 26,2%   |
| Total                  |                |                  |               | 103       | 100%    |

Berdasarkan data diatas disimpulkan bahwa tingkat kesadaran diri pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan mean empirik 74,2 serta rerata hipotetik 60 tergolong tinggi dengan presentase 52,4 %, dari data tersebut menjelaskan 0% mahasiswa tingkat akhir dengan tingkat kesadaran diri sangat rendah, 0% dengan tingkat kesadaran diri rendah, 21,4% dengan tingkat kesadaran diri sedang, 26,2% dengan tingkat kesadaran diri sangat tinggi.

| Interval         | Rerata Empirik | Rerata Hipotetik | Kriteria      | Frequency | Percent |
|------------------|----------------|------------------|---------------|-----------|---------|
| $X \leq 48$      |                |                  | Sangat Rendah | 1         | 1%      |
| $49 < X \leq 64$ |                |                  | Rendah        | 3         | 2,9%    |
| $65 < X \leq 80$ |                | 72               | Sedang        | 34        | 33%     |
| $81 < X \leq 96$ | 85             |                  | Tinggi        | 48        | 46,3%   |
| $120 < X$        |                |                  | Sangat Tinggi | 17        | 16,5%   |
| Total            |                |                  |               | 103       | 100%    |

Berdasarkan data diatas disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan mean empirik 85 serta rerata hipotetik 72 tergolong tinggi dengan presentase 46,3 %, dari data tersebut menjelaskan 1% mahasiswa tingkat akhir dengan tingkat dukungan sosial sangat rendah, 2,9% dengan tingkat dukungan sosial rendah, 33% dengan tingkat dukungan sosial sedang, 16,5% dengan tingkat dukungan sosial sangat tinggi.

Sumbangan efektif (SE) adalah sumbangan suatu variabel independen terhadap variabel dependen dalam analisis regresi. Total sumbangan efektif seluruh variabel independen sama dengan jumlah nilai efisiensi pengambilan keputusan atau R-squared (R<sup>2</sup>).

| Variabel        | Koefisien regresi (beta) | Koefisien korelasi (R) | Rsquare | SE     |
|-----------------|--------------------------|------------------------|---------|--------|
| Kesadaran diri  | -0,289                   | -0,373                 | 0,150   | 10,8 % |
| Dukungan sosial | -0,133                   | -0,315                 |         | 4,2 %  |
| Total           |                          |                        |         | 15%    |

Berdasarkan data diatas diketahui sumbangan efektif variabel antara kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik sebesar Rsquare = 15 %. Pada tabel Rsquare menunjukkan 0,150 yang apabila dibulatkan menjadi 15% yang berarti kedua variabel bebas berperan 15% terhadap variabel terikat dengan dengan rincian kesadaran diri berperan lebih besar yaitu 10,8 % dan dukungan sosial berperan 4,2%. Sedangkan 85% dipengaruhi faktor lain yang tidak terdapat pada penelitian ini.

#### 4. PENUTUP

Hipotesis mayor dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan simultan yang signifikan antara kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Berlandaskan pengujian analisis penelitian ini menunjukkan nilai F sebesar 8,789 ( $f > f_{\text{tabel}}$ ), nilai  $R = 0,150$ , dan sig 0,000 ( $p < 0,01$ ) dengan sumbangan efektif terhadap variabel independen secara simultan sebesar 0,150 atau 15%, secara parsial hubungan kesadaran diri mempunyai hubungan sebesar 4,2% sedangkan dukungan sosial sebesar 10,8% dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Berlandaskan temuan penelitian, diperoleh simpulan bahwasanya hipotesis mayor dapat diterima yaitu pada hubungan yang sangat signifikan secara simultan antara kesadaran diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas ekonomi bisnis, fakultas ilmu komunikasi, dan fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Kesadaran diri (X1) berperan negatif terhadap prokrastinasi akademik (Y) ( $t = -2,424$ ;  $p = 0,007$ ;  $p < 0,01$ ) yang artinya hipotesis diterima, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas ekonomi bisnis, fakultas ilmu komunikasi, dan fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Individu dengan kesadaran diri yang tinggi cenderung lebih baik dalam mengatur kesadaran emosi, mampu menilai kekuatan kelemahan pribadi secara objektif dan berani mengungkapkan pendapat didepan orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadia (2018) menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik. Qomariyah (2018) juga menunjukan korelasi antara kedua variabel yang berhubungan negatif sehingga semakin tinggi kesadaran diri yang dimiliki mahasiswa maka prokrastinasi mahasiswa akan menurun.

Dukungan sosial (X2) tidak berperan terhadap prokrastinasi akademik (Y) ( $t = -1,115$ ;  $p = 0,268$ ;  $p > 0,01$ ) yang artinya hipotesis tidak diterima. Dari hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berperan prokrastinasi akademik. Meskipun dukungan sosial sering dianggap penting dalam mengurangi stres dan tekanan akademik, temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor lain, seperti manajemen waktu, motivasi intrinsik, atau kecenderungan kepribadian. Oleh karena itu, meskipun adanya dukungan sosial dari teman, keluarga, atau dosen, mahasiswa tetap cenderung menunda pengerjaan skripsi karena faktor-faktor yang lebih internal. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Safitri (2018) namun sejalan dengan penelitian Dewi (2018) memperoleh hasil analisis hipotesis menunjukkan bahwa koefisien korelasi = 0,188 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa walaupun semakin tinggi dukungan sosial orang tua yang diberikan tidak berperan terhadap tingkat prokrastinasi pada mahasiswa. Terdapat faktor lain dengan kemungkinan lebih besar dapat berperan terhadap prokrastinasi akademik seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Febritama & Sanjaya (2018) tentang hubungan antara regulasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas X Surabaya, didapatkan hasil yang menunjukkan

adanya hubungan negatif antara regulasi diri dan perilaku prokrastinasi akademik dengan  $r = -0.551$  ;  $p = 0.000$  hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri seseorang maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik yang muncul. Pada penelitian yang dilakukan oleh Novalyne & Soetjningsih (2022) didapatkan hasil adanya hubungan positif yang signifikan antara kecanduan smartphone dengan prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi covid-19. Dimana kecanduan smartphone memberikan dampak sebesar 10,6% sedangkan 89,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor yang lain seperti kondisi fisik dan kondisi psikologis, pola asuh orang tua dan lingkungan.

Dapat disimpulkan variabel kesadaran diri dan dukungan sosial salah satunya berperan sangat signifikan terhadap variabel prokrastinasi akademik pada Mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta ( $F = 8,789$ ;  $p = 0.000$ ;  $p < 0,01$ ). Kesadaran diri (X1) berperan negatif sangat signifikan terhadap prokrastinasi akademik (Y) ( $t = - 2,424$ ;  $p = 0,007$ ;  $p < 0,01$ ), yang artinya hipotesis pertama diterima. Selanjutnya Dukungan sosial (X2) tidak berperan terhadap prokrastinasi akademik (Y) ( $t = - 1,115$ ;  $p = 0,268$ ;  $p > 0,01$ ) sehingga hipotesis kedua tidak diterima. Sumbangan efektif variabel kesadaran diri dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik sebesar 15% yang berarti kedua variabel bebas berperan 15% terhadap variabel terikat dengan rincian kesadaran diri berperan lebih besar yaitu 10,8 % dan dukungan sosial berperan 4,2%. Tingkat prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta sedang, tingkat kesadaran diri pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta tinggi dan tingkat dukungan sosial pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yang sedang pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta, penting bagi mahasiswa tingkat akhir untuk lebih menekankan pengembangan kesadaran diri di kalangan mahasiswa sebagai strategi untuk mengurangi prokrastinasi akademik. Hal ini bisa dilakukan melalui program pelatihan yang mengajarkan keterampilan manajemen diri dan refleksi diri. Meskipun dukungan sosial tidak berperan signifikan dalam penelitian ini, menjaga dan meningkatkan dukungan sosial tetap penting karena dapat memberikan kontribusi positif secara tidak langsung terhadap kesejahteraan akademik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amelia, K., & Hadiwinarto, H. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas X IPS Di SMA Negeri 2 Mukomuko. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 1-9.
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bavaria, N. R. (2018). Hubungan antara kesadaran diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). Validitas dan Reliabilitas Penelitian. In *Metode Penelitian Pendidikan Matematika*.
- Catrunada, L., & Puspitawati, I. 2008. Perbedaan kecenderungan prokrastinasi tugas skripsi berdasarkan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Fakultas

- Cresswell, J. (2013). *Education Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative And Qualitative Research* (P. Education & Limited).
- Dewi, W. A. K. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Prokrastinasi Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa.
- Diaz-Moralez, J. F., Cohen, J. R., & Ferrari, J. R. 2008. An integrated view of personality styles related to avoidant procrastination. *Journal of Personality and Individual Differences*, 45, 554-558.
- Febritama, S., & Sanjaya, E. L. (2018). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ecopsy*, 5(3). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i3.5490>
- Ferrari, J. R., Johnson, J., & McCown, W. 1995. *Procrastination and task avoidance: Theory, research and treatment*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R., & Tice, D. M. 2000. Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34, 73-83.
- Goleman, D. (2000). *Kecerdasan emosional*. Gramedia Pustaka Utama. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=fYLEGIKrtNYC&oi=fnd&pg=PA3&dq=L+ebih+Penting+daripada+IQ.+Jakarta:+PT+Gramedia+Pustaka+Utama&ots=AUnoZ2cv-\\_\\_&sig=dbcgW1ToTl-rnGtZy3ThTbZrZoc&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=fYLEGIKrtNYC&oi=fnd&pg=PA3&dq=L+ebih+Penting+daripada+IQ.+Jakarta:+PT+Gramedia+Pustaka+Utama&ots=AUnoZ2cv-__&sig=dbcgW1ToTl-rnGtZy3ThTbZrZoc&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Hardani, Aulia, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. CV Pustaka Ilmu.
- Hartono, J. (2018). *Metoda Pengumpulan Dan Teknik Analisis Data*. Andi Offset.
- Kurniawan, R. (2016). *Analisis regresi*. Prenada Media.
- Lubis, I. S. (2018). Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90-98.
- Mardiatmoko. (2020). Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda. *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14(3), 333-342. <https://doi.org/10.30598/Barekengvol14iss3pp333-342>
- Matondang, Z. (2009). *Validitas Dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian* (Vol. 6, Issue 1).
- Novalyne, P. O., & Soetjningsih, C. H. (2022). Fenomena Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung? *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 637. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8636>
- Nugraha, B. (2022). *Pengembangan Uji Statistik: Implementasi Metode Regresi Linier Berganda Dengan Pertimbangan Uji Asumsi Klasik*. Pradina Pustaka. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=PzZZEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=Nugraha,+B.++\(2022\).+Pengembangan+Uji+Statistik:+Implementasi+Metode+Regresi+Linier+Berganda+Dengan+Pertimbangan+Uji+Asumsi+Klasik.+Pradina+Pustaka.&ots=KxwW\\_Xtdrh&sig=ETvUg2xX4cM7qbKzEhIDUSJ\\_OEU&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=PzZZEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=Nugraha,+B.++(2022).+Pengembangan+Uji+Statistik:+Implementasi+Metode+Regresi+Linier+Berganda+Dengan+Pertimbangan+Uji+Asumsi+Klasik.+Pradina+Pustaka.&ots=KxwW_Xtdrh&sig=ETvUg2xX4cM7qbKzEhIDUSJ_OEU&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- 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.
- Rosário, P., Costa, M., Núñez, J. C., Pienda, J. G., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic

- Procrastination: Associations with Personal, School, and Family Variables. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 118-127.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Prenada Media Group.
- Sandu, Siyoto; Ali, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (Ayup (ed.)).
- Sarafino, E. P. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (7th edition). John In Wiley & Sons, Inc.
- 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.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitif Behavoiral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, Vol 31. 503-509.
- 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.
- Turmudi, I., & Suryadi. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *al-Tazkiah*, 10 (1), 39-58.
- Yuliansari, I. (2023). Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Di SMA Negeri 8 Muaro Jambi (Issue July). Universitas Jambi.
- Yusuf, M. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Kencana.
- Yusup, F. (2018). Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Januari-Juni*, 7(1), 17-23.
- Zuraida, Z. (2019). Hubungan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Potensi Utama. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 2(1), 30-41.