

Social support from friends and academic procrastination among Satya Wacana Christian University student

Received 16 May 2024 Accepted 4 June 2024 Published 13 June 2024

*Ersa Agustining Tyas¹, Christiana Hari Soetjningsih¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

*Corresponding author: ersatiningtyas@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 106 mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana dengan metode pengumpulan data menggunakan teknik *accidental sampling*. Skala yang digunakan pada penelitian adalah *Academic Procrastination Scale* (APS) ($\alpha = 0,889$) untuk skala prokrastinasi akademik dan *Social Provision Scale* (SPS) ($\alpha = 0,868$) untuk skala dukungan sosial teman. Teknik analisis data menggunakan teknik *Spearman Rho*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,176 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan semakin tinggi dukungan sosial teman maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengaitkan dengan variabel-variabel lain seperti kondisi fisik individu atau kondisi psikologis individu yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik.

Kata kunci: dukungan social teman, mahasiswa, prokrastinasi akademik

ABSTRACT

This research aims to determine the correlation between social support from friends and academic procrastination in college student. This research is quantitative research with a correlational design. The participants included 106 Satya Wacana Christian University, selected using accidental sampling techniques. The research employed the Academic Procrastination Scale (APS) ($\alpha = 0,889$) for measuring academic procrastination and the Social Provision Scale (SPS) ($\alpha = 0,868$) for assessing social support from friends. Data analysis was conducted using the Spearman Rho technique. The results indicate a significant positive correlation between social support from friends and academic procrastination in college student with a correlation coefficient (r) is 0,176 ($p < 0,05$). Specifically higher levels of social support from friends corresponded to higher levels of academic procrastinations, while lower levels of social support correlated with reduced academic procrastinations. Future research is expected to connect with other variables such as the individual's physical condition or psychological condition that may influence academic procrastination.

Keywords: academic procrastination, college student, social support from friends

PENDAHULUAN

Mahasiswa tidak terlepas dari aktivitas akademik atau belajar yang merupakan sebuah keharusan yaitu mengerjakan tugas-tugas yang bersifat akademik maupun non akademik agar dapat mencapai prestasi studi yang baik. Beberapa dari mahasiswa memiliki perilaku menunda terutama dalam menyelesaikan tuntutan atau tugas akademik yang diberikan, sehingga tugas tidak selesai dengan optimal (Khusnayein, 2019). Kebiasaan menunda tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Menurut (McCloskey, 2011), prokrastinasi akademik adalah perilaku yang mengacu pada perilaku individu yang cenderung menunda tugas terutama dalam tugas akademik.

Peneliti melakukan wawancara singkat kepada 11 mahasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana yang berasal dari beberapa fakultas, seperti Fakultas Teologi, Fakultas Hukum, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Psikologi, Fakultas Pertanian dan Bisnis, dan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Sebagian besar mahasiswa tersebut merupakan angkatan 20 dan 21, di mana mereka sedang menghadapi kegiatan magang, banyaknya praktikum, dan mempersiapkan mengambil Tugas Akhir atau Skripsi. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, 11 mahasiswa mengaku sering melakukan perilaku menunda dalam mengerjakan tugas perkuliahan. Terdapat 5 mahasiswa menunda tugas perkuliahan dikarenakan malas dalam mengerjakan tugas karena masih banyak waktu untuk mengerjakan, 2 mahasiswa cenderung menyepelekan tugas perkuliahan, 3 mahasiswa merasa kurangnya manajemen waktu atau tidak membagi waktu untuk mengerjakan tugas perkuliahan. Selain itu, 1 mahasiswa mengatakan lebih memilih kegiatan lain seperti menonton film, bermain bersama teman, melakukan kegiatan lain daripada mengerjakan tugas perkuliahan.

Hasil wawancara sejalan dengan ciri-ciri prokrastinasi menurut (Ferrari et al., 1995) yaitu, penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual karena kurangnya manajemen waktu, serta individu lebih memilih melakukan aktivitas menyenangkan daripada menyelesaikan tugas yang harus diselesaikan. Mereka mengakui bahwa dukungan sosial teman sangat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mereka. Menurut mereka teman lebih memahami apa yang dirasakan mahasiswa, mereka juga dapat membantu dalam mengerjakan tugas perkuliahan, memberikan informasi mengenai tugas yang diberikan, serta dapat saling sharing mengenai kesulitan yang dihadapi dan mengenai tugas perkuliahan. Menurut (Sarason et al., 1983), individu dapat menerima dukungan sosial berupa mendapatkan informasi, bantuan secara tindakan, dan bantuan materi yang didapatkan individu melalui hubungan sosial yang baik sehingga individu merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai. Oleh karena itu, peranan dukungan sosial teman penting bagi perkembangan mahasiswa baik secara emosional maupun secara sosial (Soben et al., 2022).

Ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal yang meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologi. Selain itu, faktor eksternal meliputi pola asuh orang tua dan faktor lingkungan (Fauziah, 2016). Faktor lingkungan menjadi salah satu faktor penting dalam prokrastinasi, yaitu dukungan sosial terutama teman (Pradinata & Susilo, 2016).

Mahasiswa merasa membutuhkan dukungan dari orang terdekat seperti teman. Menurut (Weiss, 1974), dukungan sosial adalah terjadinya proses suatu hubungan antar individu, sehingga individu dapat merasa dihargai, dicintai, serta individu dapat memberi atau menerima bantuan ketika individu dalam menjalani kehidupannya sedang mengalami kesulitan ataupun tekanan. Peranan dukungan sosial teman penting bagi perkembangan mahasiswa baik secara emosional maupun secara sosial (Soben et al., 2022). Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan sosial adalah dukungan sosial teman.

(Akerina & Wibowo, 2022) dalam hasil penelitiannya menjelaskan dukungan sosial teman yang diterima dari teman mahasiswa memiliki peranan penting, hal ini karena teman mahasiswa bisa saling membantu individu untuk menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan sesuai dengan tenggat waktu tanpa perlu meninggalkan atau mengesampingkan tugas tersebut. Hasil penelitian (Rusmono, 2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik, artinya semakin tinggi dukungan sosial teman maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Namun, hal tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pradinata & Susilo, 2016) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman maka semakin tinggi juga prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal tersebut dikarenakan persepsi mahasiswa mengenai dukungan sosial teman yang diberikan, mahasiswa merasa aman ketika diberikan dukungan namun rasa aman tersebut membuat mereka memperkuat perilaku prokrastinasi. Penelitian dari (Madjid et al., 2021) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman dan prokrastinasi pada mahasiswa.

Berdasarkan fenomena yang telah diidentifikasi dan hasil dari penelitian-penelitian sebelumnya yang belum konklusif (pro-kontra). Ada hasil yang melaporkan ada hubungan negatif

dan hasil riset lain menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik. Oleh karenanya peneliti akan mengkaji mengenai hubungan antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi dukungan sosial teman maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana yang merupakan mahasiswa aktif. Pada penelitian ini partisipan berjumlah 106 mahasiswa aktif Universitas Kristen Satya Wacana, yang ditentukan dengan teknik *accidental sampling* yaitu jumlah partisipan sesuai dengan jumlah mahasiswa yang mengisi skala penelitian melalui *Google Forms*. Karakteristik yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa/i aktif Universitas Kristen Satya Wacana dan mahasiswa angkatan 2023 dan sebelumnya.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial teman yaitu *Social Provision Scale* (SPS) yang dikembangkan oleh (Cutrona & Russell, 1987) yang telah di uji validitas konstruk di Indonesia oleh (Shinta, 2021) dan terdiri dari 24 aitem dengan 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Uji daya diskriminasi dilakukan menggunakan *corrected item-total correlation*. Hasil perhitungan analisis aitem dengan bantuan SPSS versi 25, menunjukkan dengan 2 kali putaran terdapat 3 aitem yang gugur sehingga dari jumlah semula 24 aitem menjadi 21 aitem yang memiliki daya diskriminasi yang baik dengan rentang skor *rit* dari 0,311–0,580. Estimasi koefisien reliabilitas sebesar 0,868 dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*.

Skala prokrastinasi akademik yaitu *Academic Procrastination Scale* (APS) yang disusun oleh (McCloskey, 2011) yang telah di uji validitas konstruk di Indonesia oleh (Indrianingrum, 2020). Skala prokrastinasi akademik terdiri dari 25 aitem dengan 20 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*. Uji daya diskriminasi dilakukan menggunakan *corrected item-total correlation*. Hasil perhitungan analisis aitem dengan bantuan SPSS versi 25, menunjukkan dengan 2 kali putaran terdapat 5 aitem yang gugur sehingga jumlah dari semula 25 aitem menjadi 20 aitem yang memiliki daya diskriminasi yang baik dengan rentang skor *rit* 0,307–0,724. Estimasi koefisien reliabilitas sebesar 0,889 dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*.

Metode analisis data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Selanjutnya, uji hipotesis menggunakan *Spearman Rho* untuk melihat apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik. Analisis tersebut menggunakan bantuan SPSS versi 25.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil penelitian, kategorisasi masing-masing variabel menjadi 3 kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi (lihat Tabel 1). Pada variabel dukungan sosial teman sebagian besar mahasiswa Universitas Satya Wacana berada pada kategori sedang (98,1%) dengan jumlah mahasiswa sebanyak 104 dari 106 mahasiswa yang mengisi *Google Forms*. Pada variabel prokrastinasi akademik sebagian besar mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana berada pada kategori sedang (96,2%) dengan mahasiswa sebanyak 104 dari 106 mahasiswa yang mengisi *Google Forms*.

Hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* diketahui bahwa dukungan sosial teman menunjukkan nilai $KS = 0,210$ ($p < 0,05$). Sedangkan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai $KS = 0,191$ ($p < 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan kedua variabel tidak berdistribusi normal. Hasil uji linieritas antara variabel prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial teman diperoleh nilai $p = 0,232$ maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman dan prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang linear.

Tabel 1. Kategorisasi Variabel Penelitian

	Dukungan Sosial Teman			Prokrastinasi Akademik		
	Interval	Frekuensi	Persentase	Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	$x \leq 41$	1	0,9%	$x \leq 35$	1	1,9%
Sedang	$41 \leq x < 83$	104	98,1%	$35 \leq x < 73$	104	96,2%
Tinggi	$83 \leq x$	1	0,9%	$73 \leq x$	1	1,9%

Uji korelasi menggunakan korelasi *Spearman Rho* menghasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,176 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman dan prokrastinasi akademik.

Hasil analisis tersebut tidak sejalan dengan hipotesis penulis yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pradinata & Susilo, 2016) juga menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman dan prokrastinasi akademik. Selain itu, (Madjid et al., 2021) juga menunjukkan hasil yang positif antara dukungan sosial teman dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Alasan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik adalah dengan adanya dukungan sosial teman yang tinggi mahasiswa merasa aman dan tidak cemas lagi karena menunda tugas akademik sehingga memperkuat perilaku prokrastinasi akademik. Persepsi terhadap dukungan sosial yang diterima dari teman sebaya akan memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Pradinata & Susilo, 2016). Selain itu, prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal (Fauziah, 2016). Oleh karena itu, faktor internal seperti stres, motivasi, perasaan takut gagal, kelelahan, dan rasa malas juga berpengaruh besar bagi mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.

Dukungan sosial dapat memberikan efek yang berbeda-beda, tergantung bagaimana individu mempersepsikannya sehingga dapat memengaruhi emosional dan kognisi sehingga dapat memunculkan perilaku. Selain itu, dengan situasi dan kondisi yang tepat dukungan sosial akan memberikan efek sesuai yang diharapkan (Ramanda et al., 2022). Menurut (Pradinata & Susilo, 2016), dukungan sosial yang berupa tindakan yang dilakukan oleh orang lain disebut *received support*, sedangkan dukungan sosial yang memberikan persepsi seseorang terhadap rasa nyaman, kepedulian, serta ketersediaan bantuan disebut *perceived support*. Dalam penelitian ini, mahasiswa mempersepsikan dukungan sosial yang diterima sebagai rasa nyaman, kepedulian, serta dukungan yang dapat diperoleh setiap saat (*perceived support*) sehingga hal tersebut dapat memperkuat perilaku prokrastinasi. (Madjid et al., 2021) dalam penelitiannya juga mengatakan bahwa bila dukungan sosial teman disalahartikan maka dukungan tersebut akan memberikan rasa aman pada mahasiswa sehingga dapat memperkuat prokrastinasi dan mahasiswa menjadi ketergantungan dengan orang lain terutama teman di sekitarnya.

Dalam dukungan sosial teman, sering kali individu berbagi kesedihan dan kegembiraan mereka mengenai masalah yang mereka hadapi, sehingga hal tersebut menimbulkan rasa aman. Namun, hal tersebut tidak memecahkan masalah atau memberikan solusi pada individu dalam urusan akademik sehingga waktu terbuang dengan sia-sia karena tidak adanya penyelesaian masalah. Pada penelitian ini dukungan sosial teman sosial berada pada kategori sedang (98,1%), yang berarti hampir sebagian besar partisipan mendapatkan dukungan teman sebaya yang cukup artinya mahasiswa memiliki kedekatan secara emosional dengan teman, mahasiswa memiliki kelompok yang memiliki minat yang sama, mereka juga mendapatkan pengakuan mengenai kemampuan mereka dari teman di sekitar, mahasiswa dapat memperoleh bantuan berupa informasi/saran dari teman mengenai tugas akademik, serta mereka merasa dibutuhkan oleh teman mereka dalam mengerjakan tugas akademik. Sedangkan, pada prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang (98,1%) yang berarti hampir sebagian besar partisipan memiliki perilaku prokrastinasi akademik artinya mahasiswa lebih suka mengerjakan tugas perkuliahan mendekati tenggat waktu, mahasiswa juga memilih melakukan kegiatan yang menyenangkan atau kurang penting untuk dilakukan, mahasiswa memiliki kegiatan lain di lingkungan sekitar seperti dengan teman atau keluarga, kurangnya manajemen waktu, serta kurangnya inisiatif dan adanya rasa malas

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini tidak terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik. Kemungkinan prokrastinasi akademik berkaitan dengan faktor/variabel lain seperti kondisi fisik individu contohnya rasa lelah dan kondisi psikologis individu contohnya rasa malas, tidak memahami tugas yang diberikan, tidak bisa mengatur waktu, dan suasana hati ketika mengerjakan tugas.

Penelitian ini tentunya memiliki keterbatasan maupun kekurangan di mana peneliti juga tidak dapat mengontrolnya, antara lain adanya kemungkinan partisipan mengisi kuesioner secara asal-asalan, tergesa-gesa, tidak sesuai dengan keadaan yang dialami, serta tidak membaca pernyataan/skala dengan teliti, sehingga hal tersebut dapat memengaruhi hasil penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hipotesis ditolak, karena tidak ada hubungan negatif antara dukungan sosial teman dan prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan adanya Prokrastinasi akademik sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang dan dukungan sosial teman sebagian besar partisipan berada dalam kategori sedang. Peneliti mengharapkan dapat memperhatikan dampak dukungan sosial teman baik dukungan yang diterima maupun dukungan yang dapat dirasakan terhadap kecenderungan prokrastinasi akademik. Penelitian selanjutnya diharapkan peneliti dapat mengaitkan prokrastinasi akademik dengan variabel-variabel lain seperti kondisi fisik individu atau kondisi psikologis individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Akerina, J. R., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Journal of Psychology Humanlight*, 3(1), 1–14. <https://ejournal-iakn-manado.ac.id/index.php/humanlight/article/view/863>
- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1987). The provisions of social relationships and adaption to stress. In H. Jones & D. Pearlman (Eds.), *Advances in personal relationships* (pp. 37–67). Jai Press Inc.
- Fauziah, H. H. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.453>
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Indrianingrum, E. (2020). *Pengaruh flow, self-compassion, dan autonomy-supportive teaching style terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta pada mata kuliah psikologi kepribadian* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/63603>
- Khusnayein, I. (2019). *Hubungan antara regulasi diri dalam belajar dan dukungan sosial teman terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa* [Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung]. <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/15855>
- Madjid, Abd., Sutoyo, D. A., & Shodiq, S. F. (2021). Academic procrastination among students: The influence of social support and resilience mediated by religious character. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 40(1), 56–69. <https://doi.org/10.21831/cp.v40i1.34641>
- McCloskey, J. D. (2011). *Finally, my thesis on academic procrastination* [Thesis, The University of Texas at Arlington]. <https://rc.library.uta.edu/uta-ir/handle/10106/9538>
- Pradinata, S., & Susilo, J. D. (2016). Prokrastinasi akademik dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(2), 85–95. <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/899>
- Ramanda, P., Sukirno, A., & Riski, R. (2022). Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari keaktifan berorganisasi. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 6(2), 111–117. <https://doi.org/10.30653/001.202262.198>

- Rusmono, D. O. (2023). Keterkaitan antara dukungan teman sebaya, dan manajemen waktu dengan prokrastinasi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Selamat Sri dalam menyelesaikan tugas ujian akhir semester. *Jurnal Empati*, 12(1), 83–93. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.37741>
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127–139. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.127>
- Shinta, D. (2021). *Hubungan resiliensi akademik dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area* [Tesis, Universitas Medan Area]. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/17233>
- Soben, G., Solang, D. J., & Narosaputra, D. A. N. (2022). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi UNIMA. *Psikopedia*, 2(3), 237–243. <https://doi.org/10.53682/pj.v2i3.3546>
- Weiss, R. (1974). The provisions of social relationships. In Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others* (pp. 17–26). Prentice Hall.