

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN KELIMA
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS ILMU
BUDAYA DAN FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Woro Inten Sayekti, Dian Ratna Sawitri

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

Worointen72@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah menguji hubungan antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun kelima yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, serta mengetahui sumbangan efektif dukungan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tahun kelima Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang sedang menyusun skripsi. Sampel sebanyak 104 mahasiswa diperoleh dengan *convenience sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua skala, Skala Prokrastinasi Akademik (31 item; $\alpha = 0,91$) dan Skala Dukungan Teman Sebaya (37 item; $\alpha = 0,94$). Analisis regresi sederhana menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun kelima yang sedang mengerjakan skripsi ($r_{xy} = -0,31$; $p = 0,001$), dan sumbangan efektif dukungan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik sebesar 10%.

Kata kunci: dukungan sosial, teman sebaya, prokrastinasi akademik, skripsi, mahasiswa, tahun kelima

ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the relationship between peer support and academic procrastination in fifth year students who are working on thesis in Faculty of Humanities and Faculty of Psychology Diponegoro University, and know the effective contribution of peer support to academic procrastination. The population of this research is the fifth year student of Faculty of Humanities and Faculty of Psychology Diponegoro University who is preparing thesis. The sample of 104 students was obtained with convenience sampling. Data collection used two scales, Academic Procrastination Scale (31 items; $\alpha = 0,91$) and Peer Support Scale (37 items; $\alpha = 0,94$). Simple regression analysis showed a significant negative correlation between peer social support and academic procrastination in fifth year students who were working on thesis ($r_{xy} = -0,31$; $p = 0,001$), and effective contribution of peer support to academic procrastination is 10%.

Keywords: social support, peers, academic procrastination, thesis, student, fifth year

PENDAHULUAN

Selama menjalani peran sebagai mahasiswa, seorang individu dituntut untuk menyelesaikan berbagai tugas baik secara akademik maupun non akademik. Tuntutan ini membuat seorang mahasiswa harus mampu membagi waktu serta perannya agar tugas-tugasnya baik secara akademik maupun non akademik dapat terselesaikan. Namun masih banyak mahasiswa yang memilih untuk menunda-nunda menyelesaikan tugas, terutama tugas akademiknya. Perilaku menunda-nunda menyelesaikan tugas tersebut membuat tugas akademik tidak selesai tepat waktu atau selesai namun dengan kondisi yang kurang optimal. Perilaku penundaan pekerjaan hingga waktu berikutnya dikenal sebagai prokrastinasi (Knaus, 2010).

Prokrastinasi dapat dilakukan pada bidang tugas apa saja. Ghufro dan Risnawita (2010) menyebutkan bahwa terdapat dua jenis prokrastinasi, yaitu prokrastinasi non akademik dan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari misalnya tugas rumah tangga dan tugas sosial, sedangkan prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik misalnya tugas kuliah.

Tugas akademik yang seringkali ditunda pengerjaannya oleh mahasiswa adalah skripsi atau tugas akhir. Sugiyono (2014) mendefinisikan skripsi sebagai karya ilmiah yang dikerjakan oleh mahasiswa program sarjana (S1), sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Aziz dan Rahardjo (2013) mengungkapkan bahwa skripsi adalah sebagai salah satu tugas yang paling rentan untuk ditunda. Berikut adalah penjelasan mengapa skripsi sebagai salah satu tugas yang berpotensi terjadi

prokrastinasi akademik selama pengerjaannya. (1) Skripsi adalah suatu karya ilmiah yang merupakan penelitian lapangan, laboratorium, maupun kepustakaan; (2) Hasil penelitian skripsi juga harus diujikan sebelum mahasiswa dinyatakan lulus; (3) Proses penyusunan skripsi membutuhkan ^{referensi} yang akurat, sehingga mau tidak mau mahasiswa harus membaca untuk mendapatkan referensi yang sesuai seperti jurnal, buku, maupun kepustakaan lainnya; (4) Secara administratif skripsi atau tugas akhir adalah syarat wajib yang harus diambil oleh semua mahasiswa untuk mendapatkan strata S1; (5) proses skripsi memaksa mahasiswa untuk aktif melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing.

Masa menyelesaikan skripsi sering dimaknai sebagai situasi yang penuh stres bagi mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Rumiani (2006) mengungkapkan mahasiswa Fakultas Sosial Humaniora lebih memiliki tingkat stres yang tinggi dalam menghadapi masa skripsi dibandingkan mahasiswa Fakultas Saintek. Hal tersebut berkaitan dengan persepsi terhadap lama studi pada masing-masing kelompok Sosial Humaniora dan Saintek. Kim, Fernandez, dan Terrier (2017) mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan stres yang tinggi cenderung melakukan prokrastinasi akademik secara pasif atau tanpa tujuan dan tidak bermanfaat. Prokrastinasi akademik secara pasif beresiko untuk merusak kehidupan mahasiswa.

Mayoritas mahasiswa menyelesaikan S1 perguruan tinggi selama dua sampai empat tahun (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Pratiwi (2015) menyatakan bahwa semakin lama masa studi, maka semakin besar peluang terjadinya prokrastinasi akademik. Solomon dan Rothblom (1984) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik akan muncul pada tahun kelima dan akan bertambah buruk pada tahun-

tahun berikutnya. Kecemasan yang dirasakan oleh individu membuat individu berada pada persimpangan untuk menyelesaikan tugas akademiknya atau tidak (Solomon & Rothblom, 1984).

Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian ini berfokus pada dua Fakultas sosial humaniora dengan masa studi paling lama selama kurun waktu lima tahun dan empat tahun delapan bulan, yaitu Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa tahun kelima Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. Mengetahui prokrastinasi akademik pada tahun kelima mahasiswa menjadi penting karena di tahun inilah prokrastinasi akademik mengerjakan skripsi muncul dan diketahui apakah mahasiswa akan cenderung melakukan prokrastinasi akademik atau menyelesaikan skripsinya.

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok (Sarafino & Smith, 2011). Broman (dalam Taylor, 2012) mengungkapkan bahwa dukungan sosial dapat mengatasi tekanan psikologis pada masa sulit dan menekan. Berinteraksi dengan orang lain adalah hal yang menyenangkan untuk mengatasi stres dan situasi menekan. Corkin, Yu, Wolters, dan Weisner (2014) menambahkan bahwa mahasiswa yang merasa mendapatkan dukungan dari instruktur atau organisasi dalam kelas cenderung memiliki prokrastinasi akademik yang lebih rendah dibandingkan yang tidak.

Mahasiswa tahun kelima berada pada rentang usia dewasa awal atau transisi dari masa remaja ke dewasa (Santrock, 2012). Masa dewasa awal adalah masa bagi

kemandirian ekonomi dan emosional dari orang tua dan mulai menjalin hubungan intim dengan pihak lain serta berkomitmen pada persahabatan. Barry dan Madsen (dalam Arnett, 2010) menyatakan beberapa alasan mengapa teman sebaya penting dalam masa perkembangan dewasa awal. Hal ini tidak terlepas dari keberadaan teman sebaya sebagai sumber utama dukungan sosial.

Keputusan individu untuk menyelesaikan kuliahnya atau tidak bukan hanya bergantung pada motivasi, bakat akademis dan persiapan, dan kemampuan untuk bekerja mandiri, tetapi juga pada integrasi dan dukungan sosial, kesempatan bekerja, kualitas interaksi sosial dan akademis (Papalia dkk, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Indrawati (2016) menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Individu yang merasa mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya cenderung menunjukkan resiliensi yang tinggi dalam menghadapi tugas akhir. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fibrianti (2009) pada 46 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang, menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan penjabaran di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun kelima Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

METODE

Penelitian ini melibatkan 104 mahasiswa tahun kelima yang sedang dalam tahapan mengerjakan skripsi di Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua Skala Psikologi, yaitu Skala Dukungan Teman Sebaya dan Skala Prokrastinasi Akademik yang disusun sendiri oleh peneliti. Skala Dukungan Teman Sebaya disusun berdasarkan tipe dukungan sosial yang disampaikan oleh Sarafino (1994), meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan. Sedangkan Skala Prokrastinasi Akademik disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang disampaikan oleh Schouwenburg (dalam Ferrari dkk, 1995), meliputi penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain selain mengerjakan tugas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi sebesar ($r_{xy} = -0,31$; $p = 0,001$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun kelima yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya maka prokrastinasi

akademiknya akan semakin rendah, begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan teman sebaya maka prokrastinasinya akan semakin tinggi.

Dukungan sosial adalah kenyamanan, penghargaan, bantuan yang diterima individu dari orang lain (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial dapat berasal darimana saja, salah satunya melalui teman sebaya. Dukungan sosial dari teman sebaya memotivasi mahasiswa untuk mendapatkan nilai yang baik dan menambah keyakinan untuk dapat menyelesaikan tugas akademik (Wentzel, Muenks, McNeish, & Russell, 2017). Papalia, dkk (2009) mengungkapkan dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keputusan individu untuk segera menyelesaikan kuliahnya. Kurangnya dukungan sosial adalah salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi akademik (Kusuma & Indrawati, 2013).

Keyakinan individu bahwa tersedianya dukungan dan sumber dukungan yang tepat memberikan efek yang positif bagi kesehatan dan menurunkan stres (Taylor, 2012). Salah satu faktor internal yang menyebabkan seorang individu melakukan prokrastinasi akademik adalah stres dan kecemasan. Masa menyusun skripsi kerap diartikan sebagai masa penuh kesulitan bagi mahasiswa. Dukungan sosial yang dirasakan individu dapat efektif dalam membantu individu untuk mengatasi masa masa sulit (Taylor, 2012).

Abshire dkk (2017) menjelaskan bahwa mahasiswa yang merasa puas dengan dukungan sosial dari teman sebayanya memiliki peluang yang lebih besar untuk cepat menyelesaikan pendidikannya. Lebih lanjut Carbonara dan Workman (2016) mengungkapkan hubungan dengan teman sebaya adalah salah satu faktor yang

penting yang mempengaruhi hasil pendidikan individu, seperti harapan dalam perkuliahan dan keputusan untuk menyelesaikan sekolah. Sementara itu, Andriani dan Fatma (2013) menyatakan bahwa individu yang mengalami stres selama mengerjakan skripsi cenderung akan melakukan prokrastinasi, sedangkan individu yang merasakan adanya dukungan sosial dari sekitarnya cenderung tidak melakukan prokrastinasi.

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan sumbangan efektif yang diberikan oleh dukungan teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik sebesar 10%, sedangkan 90% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik diantaranya kepribadian, kompetensi, afektif, kognitif, pengalaman dalam belajar, fisik dan mental, persepsi terhadap tugas yang dihadapi, kehidupan pribadi, dan lingkungan (Patrzek dkk, 2012).

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun kelima Fakultas Ilmu Budaya dan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dengan nilai koefisien korelasi ($r_{xy} = -0,31; p = 0,001$), semakin tinggi dukungan teman sebaya maka prokrastinasi akademiknya akan semakin rendah begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan teman sebaya maka prokrastinasi akademiknya semakin tinggi. Dukungan teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 10% terhadap prokrastinasi akademik,

sedangkan 90% faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi tidak diteliti dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Abshire, D. A., dkk. (2017). Student Support in Accelerated Nursing Programs: Gender-Based Perspectives and Impact on Academic Outcomes. *Nursing Outlook*. 17, 1-10. doi:10.1016/j.outlook.2017.08.010
- Andriani, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal TALENTA*. 2(2), 159-180. Diunduh dari <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=140414&val=5790>
- Arnett, J. J. (2010). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach*. Boston: PEARSON.
- Aziz, A., & Rahardjo, P. (2013). Faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di Universitas Muhamadyah Purwokerto tahun akademik 2011/2012. *Jurnal Psycho Idea*. 1(1), 61-68. Diunduh dari <http://id.portalgaruda.org/?ref=browse&mod=viewarticle&article=325500>
- Carbonara, W., & Workman, J. (2016). Intermediate peer contexts and educational outcomes: Do the friends of students friends matter?. *The Journal of Social Science Research*. 58, 184-197. doi.org/10.1016/j.ssresearch.2016.02.005
- Corkin, D. M., Yu, S. L., Wolters, C. A., & Wiesner, M. (2014). The role of college classroom climate on academic procrastination. *Journal of Learning and Individual Differences*. 34, 294-303. doi.org/10.1016/j.lindif.2014.04.001
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York, NY: Plenum Press.
- Fibrianti, I. D. (2009). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Undip.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruzz Media.
- Kim, S. Fernandez, S., & Terrier, L. (2017). Procrastination, personality traits, and academic performance: When active and passive procrastination tell a different story. *Personality and Individual Difference*. 108, 154-157. doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.021
- Knaus, W. (2010). *End procrastination now*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Patrzek, J., Grunschel, C., & Fries, S. (2012). Academic procrastination: The Perspective of University Counsellors. *International Journal for The Advancement of Counselling*. 34, 191-193. doi:10.1007/s10447-012-9150-z
- Pratiwi, A. D. (2015). Prokrastinasi akademik ditinjau dari efikasi diri akademik dan lama studi pada mahasiswa jurusan desain komunikasi visual Universitas Dian Nuswantoro. *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*. 3(1), 37-48. doi: <https://doi.org/10.14710/jpu.3.2.37%20-%2048>
- Santrock, J. W. (2012). *Lifespan development jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interaction*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. S. (1994). *Health psychology: Biopsychosocial interactions-Third edition*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir jurusan X Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*. 5(2), 177-182. Diunduh dari <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14979>
- Solomon, L., & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*. 31(4), 503-509. doi:[10.1037/0022-0167](https://doi.org/10.1037/0022-0167).
- Sugiyono. (2014). *Cara mudah menyusun skripsi, tesis, dan disertasi*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2012). *Health Psychology*. New York, NY: Mcgraw-Hill.
- Wentzel, K. R., Muenks, K., McNeish, D., & Russell, S. (2017). Peer and teacher supports in relation to motivation and effort: A multi-level study. *Contemporary Educational Psychology*. 49, 32-45. doi.org/10.1016/j.cedpsych.2016.11.002

