

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIMA

Giovanni Soben

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : 17101042@unima.ac.id

Deetje J.Solang

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email : deetjesolang@unima.ac.id

Dewo A.N. Narosaputra

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado
Email: dewo.agung@unima.ac.id

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif regresi linear sederhana. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah mahasiswa psikologi Universitas Negeri Manado Angkatan 2018, 2019, dan 2020 dengan total keseluruhan berjumlah 384 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* dan diperoleh 77 sampel. Pengambilan data menggunakan Skala menggunakan Skala *Student Social Support Scale* dan Skala menggunakan *Tuckman Procrastination Scale*. Uji hipotesis diperoleh nilai t hitung = $-2,609 > 1,995 = t$ tabel, dan $sig = 0,011 < 5\%$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Nilai negatif menunjukkan keeratan yang berlawanan, yaitu semakin meningkatnya nilai dari variabel dukungan sosial teman sebaya maka nilai dari variabel prokrastinasi akademik akan semakin menurun. *Koefisien Determinasi (R²)* diperoleh nilai = $0,83 = 8,3\%$ ini berarti variabel bebas dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi variabel dependen prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebesar 8,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak masuk dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Dukungan Sosial, Teman Sebaya, Prokrastinasi, dan Akademik.

Abstract : This study aims to see the effect of peer social support on student academic procrastination. This study uses a simple linear regression quantitative method. In this study, the population was psychology students at Manado State University Class of 2018, 2019, and 2020 with a total of 384 students. The sampling technique used in the study used the *Proportionate Stratified Random Sampling* technique and obtained 77 samples. Data collection using a scale using the *Student Social Support Scale* and a scale using the *Tuckman Procrastination Scale*. Hypothesis test obtained value t count = $-2.609 > 1.995 = t$ table, and $sig = 0.011 <$

5%,. These results indicate that the variable peer social support has a significant effect on the dependent variable of academic procrastination in students. Negative values indicate the opposite closeness, namely the increasing value of the peer social support variable, the value of the academic procrastination variable will decrease. The coefficient of determination (R²) obtained value = 0.83 = 8.3%, this means that the independent variable of peer social support affects the dependent variable of academic procrastination in students by 8.3% and the rest is influenced by other variables not included in this study. namely the increasing value of the peer social support variable, the value of the academic procrastination variable will decrease. The coefficient of determination (R²) obtained value = 0.83 = 8.3%, this means that the independent variable of peer social support affects the dependent variable of academic procrastination in students by 8.3% and the rest is influenced by other variables not included in this study. namely the increasing value of the peer social support variable, the value of the academic procrastination variable will decrease. The coefficient of determination (R²) obtained value = 0.83 = 8.3%, this means that the independent variable of peer social support affects the dependent variable of academic procrastination in students by 8.3% and the rest is influenced by other variables not included in this study.

Keyword : Social Support, Peers, Procrastination, and Academics.

PENDAHULUAN

Mahasiswa dituntut untuk memiliki kompetensi belajar, kedisiplinan belajar, dan motivasi belajar yang tinggi sehingga prestasi belajar dapat tercapai dan dapat menyelesaikan kuliahnya dengan tepat waktu. Namun kenyataannya, masih belum banyak mahasiswa yang mampu memenuhi tuntutan tersebut. Hal ini dikarenakan masih banyak dijumpai mahasiswa yang tidak disiplin dalam belajar termasuk menunda pekerjaan atau tugas akademik yang diberikan oleh guru (Asri & Dewi, 2016).

Mahasiswa dalam menghadapi tugas-tugas akademik seringkali muncul rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut, sehingga tugas tidak dapat terselesaikan sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Rasa malas dan keengganan untuk mengerjakan tugas tersebut membuat mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan. Perilaku mahasiswa untuk menunda mengerjakan tugas ini

disebut dengan prokrastinasi akademik (Susanti & Nurwidawati, 2014).

Ghufron dan Risnawita (2017) menyatakan prokrastinasi dapat dikatakan sebagai suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja, namun prokrastinasi juga bisa dikatakan sebagai penghindaran tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Kebiasaan prokrastinasi yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus sampai tertanam dalam pikiran bawah sadar dan menjadi bagian permanen dari perilaku individu sendiri. Nugroho, (Andarini & Fatma, 2013) menyatakan orang yang melakukan prokrastinasi mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu.

Mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar, selain itu banyak mahasiswa yang melakukan aktivitas belajar secara santai. Sehingga

yang hanya tampak sibuk menjelang ujian dan belajar secara “SKS” (sistem kebut semalam), fenomena SKS masih menjadi primadona dalam cara belajar mahasiswa baik itu dalam hal mengerjakan tugas ataupun menghadapi ujian yang deadlinenya esok hari sehingga hasil yang didapat kurang maksimal (Saputro, 2012).

Bernard (Fauziah, 2015) menyatakan bahwa alasan mahasiswa melakukan prokrastinasi yaitu memilih kegiatan yang tidak menyenangkan, tidak mampu mengerjakan tugas yang sulit, tidak tahu harus mengerjakan tugas dari mana, ketidakmampuan mengatur waktu, adanya gangguan dari lingkungan, memiliki kecemasan jika kemampuannya dievaluasi, ingin memberontak terhadap kekuasaan orang lain, stress, depresi, dan kelelahan.

Dari hasil rekapitulasi data mahasiswa yang diperoleh dari Operator program studi psikologi jumlah mahasiswa Psikologi FIP Universitas Negeri Manado yang aktif kuliah dari angkatan 2018, 2019, dan 2020 berjumlah 384 mahasiswa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan sejak tanggal 18 sampai dengan 19 Mei 2021 dengan mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado. Peneliti mendapatkan informasi, bahwa terdapat mahasiswa yang seringkali melakukan proses penundaan saat mengerjakannya atau melakukan sistem kebut semalam. Akibatnya terkadang hasil yang didapit kurang maksimal.

Menurut Gottlieb (2010) dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal. Bantuan yang nyata atau tindakan yang diberikan kepada individu oleh orang lain didapat karena hubungan individu tersebut dengan lingkungan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi diri individu itu sendiri.

Pendapat senada juga diungkapkan Sarason (2012) yang menyatakan bahwa Dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, bantuan tingkah laku, ataupun materi yang didapat dari hubungan sosial

akrab yang dapat membuat individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai.

Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan meyakini, merupakan bagian dari lingkungan sosialnya” (Cobb, 2011).

Dukungan sosial teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting bagi perkembangan mahasiswa secara emosional maupun secara sosial. Buhrmester (2008) menyatakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber afeksi, simpati, pemahaman, panduan moral, tempat bereksperimen dan selfing mendapatkan otonomi dan independensi dari orang tua. Bahwa pada masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis, dan pada saat yang bersamaan kedekatan hubungan remaja dengan orang tua menurun secara drastis. Buhrmester juga mengungkapkan bahwa pada masa remaja komunikasi dan kepercayaan terhadap orang tua berkurang, dan beralih kepada teman sebaya untuk memenuhi kebutuhan akan kelekatan (attachment).

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan diatas, maka timbul keinginan peneliti untuk mengetahui lebih dalam ada tidaknya pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi di Universitas Negeri Manado.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode kuantitatif dinamakan metode tradisional karena metode itu sudah cukup lama digunakan sehingga sudah cukup mentradisi sebagai metode untuk penelitian (Sugiyono, 2018). Penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang menekankan pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2007). Menurut Subana dan Sudrajat (2005) penelitian kuantitatif dilihat dari segi tujuan, penelitian ini

dipakai untuk menguji suatu teori, menyajikan suatu fakta atau mendeskripsikan statistik, dan untuk menunjukkan hubungan antar variabel dan ada pula yang sifatnya mengembangkan konsep, mengembangkan pemahaman. Metode statistik yang digunakan dalam penelitian ini dipilih peneliti untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah mahasiswa psikologi Universitas Negeri Manado Angkatan 2018, 2019, dan 2020.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Proportionate Stratified Random Sampling. Proportionate Stratified Random Sampling dilakukan dengan membagi populasi ke dalam sub populasi atau strata secara proporsional dan dilakukan secara acak (Sekaran, 2006). Teknik pengambilan sampel dengan Proportionate Stratified Random Sampling dilakukan dengan mengumpulkan data jumlah mahasiswa dari masing-masing angkatan yang kemudian ditentukan jumlah sampel yang dibutuhkan untuk masing-masing bagian. Menurut (Natsir, 2004) rumus untuk jumlah sampel masing-masing bagian dengan teknik Proportionate Stratified Random Sampling adalah sebagai berikut :

Tabel 3.2 Data Perhitungan *proportionate stratified random sampling*

No	Angkatan	Perhitungan strata angkatan	Hasil per Angkatan
1	2018	$113/384 \times 77$	23
2	2019	$137/384 \times 77$	27
3	2020	$134/384 \times 77$	27
Jumlah			77 Sampel

Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan dalam penelitian dengan menggunakan skala likert. Menurut Sugiyono (2009) “Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang fenomena sosial. Untuk keperluan analisa kuantitatif penelitian ini maka peneliti memberikan 4 (empat) alternatif jawaban kepada responden untuk masing-masing variabel dengan menggunakan skala 1 sampai 4.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi FIP Universitas Negeri Manado, Dari hasil kategorisasi data yang dilakukan, terlihat bahwa Mahasiswa Prodi Psikologi FIP Universitas Negeri Manado dengan dukungan sosial teman sebaya yang sedang berjumlah 47 orang dengan persentase 61.0%. Untuk kategori rendah ada 30 mahasiswa dengan persentase 39.0%. Dan tidak ditemukan mahasiswa yang masuk dalam kategorisasi dukungan sosial teman sebaya yang tinggi. Tingkat dukungan sosial teman sebaya partisipan pada penelitian ini berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi oleh tahap perkembangan mahasiswa yang berada pada tahap remaja akhir yang sedang mengalami peralihan menjadi dewasa Gunarsa (2008). Pada tahap tersebut, mahasiswa memiliki orientasi untuk membangun hubungan sosial terhadap lingkungan sekitar seperti teman sebaya baik sesama jenis maupun lawan jenis. Mahasiswa yang memiliki orientasi yang baik dalam membangun hubungan sosial tentunya akan memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi sedangkan Mahasiswa yang memiliki

orientasi yang kurang akan memiliki dukungan sosial yang rendah.

Kemudian untuk prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi FIP Universitas Negeri Manado, terlihat bahwa terdapat 7 mahasiswa yang masuk pada kategori tinggi dengan presentase 9.1%, sebanyak 61 mahasiswa dikategorisasikan sedang dengan persentase 79.2%, sedangkan pada kategorisasi rendah terdapat 9 mahasiswa dengan presentasi 11.7%. Dengan demikian sebagian besar mahasiswa Prodi Psikologi FIP Universitas Negeri Manado masuk dalam kategorisasi prokrastinasi akademik yang sedang, ini dibuktikan dengan persentase yang mencapai 79.2%.

Untuk analisis data uji korelasi dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara keduanya dibuktikan melalui koefisien korelasi keduanya adalah -0,288 dengan nilai signifikansi 0.011 ($p < 0.05$). Korelasi negatif yang terjadi pada dua variabel tersebut dapat juga diartikan bahwa semakin meningkatnya nilai dukungan sosial teman sebaya maka nilai prokrastinasi akademik mahasiswa akan semakin rendah atau sebaliknya jika variabel dukungan sosial teman sebaya rendah maka variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa akan semakin meningkat.

Berdasarkan hasil analisis SPSS, diperoleh persamaan regresi sederhana sebagai berikut $Y = 68,311 \beta + (-0,323) X$. Persamaan regresi tersebut mempunyai makna jika variabel dukungan sosial teman sebaya dianggap sama dengan nol, maka variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebesar 68,311 sedangkan untuk variabel dukungan sosial teman sebaya jika mengalami kenaikan sebesar 1% maka akan menyebabkan penurunan variabel prokrastinasi akademik mahasiswa sebesar -0,323 atau sebesar -32,3%.

Hasil pengujian dengan SPSS pada variabel dukungan sosial teman sebaya

diperoleh nilai t hitung = $-2,609 > 1,995 = t$ tabel, dan $\text{sig} = 0,011$ atau $1,1\% < 5\%$, jadi H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ini berarti variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Nilai negatif menunjukkan keeratan yang berlawanan, yaitu semakin meningkatnya nilai dari variabel dukungan sosial teman sebaya maka nilai dari variabel prokrastinasi akademik akan semakin menurun. Berdasarkan faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, terdapat 3 faktor eksternal yang mempengaruhi hubungan sosial teman sebaya salah satu faktor tersebut adalah dukungan sosial. Dukungan sosial diartikan sebagai informasi yang diperoleh dari orang lain bahwa individu dicintai, diperhatikan, dihargai, dan dipandang sebagai hubungan dalam komunikasi dan saling bertanggung jawab.

Berdasarkan kurva regresi diketahui bahwa nilai t hitung sebesar -2,609 terletak pada area pengaruh negatif, sehingga dapat disimpulkan bahwa "Ada pengaruh negatif antara dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa". Nilai negatif menunjukkan keeratan hubungan variabel dukungan sosial teman sebaya dan variabel prokrastinasi akademik mahasiswa yang berlawanan, hal ini berarti bahwa semakin meningkatnya nilai variabel dukungan sosial teman sebaya maka nilai dari variabel prokrastinasi akademik mahasiswa akan semakin menurun. Sebaliknya jika nilai variabel dukungan sosial teman sebaya menurun maka nilai dari variabel prokrastinasi akademik mahasiswa akan semakin meningkat.

Berdasarkan analisis diperoleh nilai $R^2 = 0,83 = 8,3\%$ ini berarti variabel bebas dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi variabel dependen prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebesar 8,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak masuk dalam penelitian ini.

Tidak dapat dipungkiri, bahwa dalam studi ini terdapat keterbatasan-keterbatasan yang bisa memengaruhi proses penelitian secara langsung maupun tidak langsung. Keterbatasan pertama ialah, proses pengambilan data dilakukan secara online mengingat situasi pandemik covid-19 yang dapat menimbulkan bias bagi sampel untuk mengisi kuisioner yang telah dibagikan. Sedangkan efek dari penelitian ini, diharapkan memberikan pemahaman kepada mahasiswa agar dapat meningkatkan dukungan sosial teman sebaya sehingga prokrastinasi akademik dapat berkurang. Meningkatkan dukungan sosial teman sebaya dapat dilakukan dengan membangun orientasi sosial terhadap lingkungan sekitar seperti teman sebaya, baik sesama jenis maupun lawan jenis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan pembahasan, dapat disimpulkan, bahwa H0 ditolak yaitu :

1. Mahasiswa Prodi Psikologi FIP Universitas Negeri Manado yang memiliki dukungan sosial teman sebaya masuk dalam kategorisasi sedang hal ini dibuktikan dengan persentase yang mencapai 61.0%. dan untuk prokrastinasi akademik juga masuk ke dalam kategorisasi sedang, hal ini dibuktikan dengan persentase yang mencapai 79.2%.
2. Terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik. Nilai negatif menunjukkan keeratan hubungan antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan variabel prokrastinasi akademik mahasiswa yang berlawanan, hal ini berarti bahwa semakin meningkatnya nilai variabel dukungan sosial teman sebaya maka nilai dari variabel prokrastinasi akademik mahasiswa akan semakin menurun, sebaliknya jika variabel dukungan sosial teman sebaya rendah maka variabel

prokrastinasi akademik pada mahasiswa akan semakin meningkat

3. H0 ditolak dan H1 diterima. Ini berarti variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh negatif terhadap variabel dependen prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Nilai negatif menunjukkan keeratan yang berlawanan, yaitu semakin meningkatnya nilai dari variabel dukungan sosial teman sebaya maka nilai dari variabel prokrastinasi akademik akan semakin menurun, sebaliknya jika variabel dukungan sosial teman sebaya rendah maka variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa akan semakin meningkat. Jadi hipotesis diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarini, S. R., & Fatma, A. (2013). Hubungan antara *distress* dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta Psikologi*, 2(2), 159-179
- Asri, D. N., & Dewi, N. K. (2016). Prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling IKIP PGRI Madiun ditinjau dari efikasi diri, fear of failure, gaya Pengasuhan orang tua, dan iklim akademik. *Jurnal Penelitian LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat) IKIP PGRI MADIUN*, 2(2).
- Azwar, Saifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2, 123-132
- Ghufroon, & Risnawita, R. (2017). *Teori-Teori Psikologi* (R.

- Kusumaningratri(ed.)). Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M.N & Risnawita, R.S. (2010). Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar- Ruzz.
- Ghufron, N. M., Risnawita, R. S. (2010). Teori – teori Psikologi. Yogyakarta : Ar– Ruzz Media
- Gottlieb, B. H. & Bergen, A. E. (2010). Social support concepts and measures, *Journal of psychosomatic research*, 69, 511-520.
- Natsir, Syahrir. 2004. Ringkasan Disertasi: Pengaruh Gaya Kepemimpinan Terhadap Perilaku
- Prof. Dr. Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Subana, Sudrajat, 2005, Dasar-Dasar Penelitian Ilmiah, Bandung: Pustaka Setia
- Sugiyono, 2009, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta.
- Susanti, E., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi UNESA. *Character*.