

# The Relationship Between Peer Social Support and Academic Procrastination in UMSIDA Students

## [Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa UMSIDA]

Ari Heryanto<sup>1)</sup>, Ghozali Rusyid Affandi<sup>\*2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: ghozali@umsida.ac.id

**Abstract.** *This study is motivated by the existence of problems related to academic procrastination in students of Muhammadiyah Sidoarjo University. Students have a tendency to leave or avoid their tasks and activities in the academic world on purpose, which makes the lectures not completed on time. Students have feelings of dislike for the tasks they get, as well as feelings of fear of failure, fighting control and difficulty in making decisions. The purpose of this study is to determine the relationship between peer social support and academic procrastination in college students. This research method is quantitative correlation with the population of students of Muhammadiyah University of Sidoarjo with a total of 10,006 and those used as samples amounted to 370 based on the Krejcie and Morgan table with a 5% error rate. Determination of the sample using accidental sampling technique. The variables in this study are social support of social friends of peers and academic procrastination. Data collection in this study used a social support scale of social peers and academic procrastination with a Likert scale model adopted from previous research with a reliability value of 0.892 for the peer social support variable and 0.775 for the academic procrastination variable. Data analysis in this study used Spearman Rho correlation test with the help of SPSS. The results showed that there is a negative relationship between peer social support and academic procrastination in students of Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, with a value of  $r = -0.334$  with a significance value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). The higher the peer social support, the lower the academic procrastination and vice versa.*

**Keywords** – Peer social support, academic procrastination, university students

**Abstrak.** Penelitian ini dilatar belakangi karena adanya permasalahan terkait prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Mahasiswa memiliki kecenderungan untuk meninggalkan atau menghindari tugas dan aktivitasnya di dalam dunia akademik dengan sengaja, yang membuat tidak terselesaikannya perkuliahan dengan tepat waktu. Mahasiswa memiliki perasaan tidak suka terhadap tugas yang didapatkan, serta perasaan takut gagal, melawan kontrol dan kesulitan dalam membuat keputusan. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Metode penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan populasi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan jumlah 10.006 jumlah dan yang dipergunakan sebagai sampel berjumlah 370 berdasarkan tabel *Krejcie* dan *Morgan* dengan taraf kesalahan 5%. Penentuan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah dukungan sosial teman sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial teman sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik dengan model skala *Likert* yang diadopsi dari penelitian terdahulu dengan nilai reliabilitas sebesar 0,892 untuk variabel dukungan sosial teman sebaya dan sebesar 0,775 untuk variabel prokrastinasi akademik. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasional *Spearman Rho* dengan bantuan *SPSS*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, dengan nilai  $r = -0,334$  dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0.05$ ). Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah prokrastinasi akademik dan sebaliknya.

**Kata Kunci** – Dukungan sosial teman sebaya, prokrastinasi akademik, mahasiswa

## I. PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan mereka yang mengalami masa peralihan dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, sehingga menjadi masa yang memiliki arti penting dalam transisi menuju dewasa. Ini menjadikan mahasiswa mengalami perubahan yang cukup berarti dalam hidupnya pada khususnya dalam tugas belajar. Dalam menyelesaikan tugas-tugas tersebut membutuhkan waktu, tenaga, dan biaya yang tidak sedikit. Seorang mahasiswa harus memiliki kemampuan dalam mengatur dirinya, terutama dalam bidang akademik, misalnya mengatur waktu belajar, mengerjakan tugas-tugas akademik yang harus diselesaikan tepat waktu [1].

Mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan studi dalam rentang waktu 3,5 – 4 tahun baik mahasiswa reguler maupun mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Tugas akhir atau skripsi merupakan tahapan dalam jenjang pendidikan perkuliahan yang harus ditempuh oleh mahasiswa [2]. Akan tetapi, pada kenyataannya sering terjadi permasalahan yang menghambat keberhasilan mahasiswa dalam penyelesaian akademiknya. Mahasiswa yang tidak mampu untuk mengatur waktu dengan baik, akan terjebak dengan penundaan tugas-tugas perkuliahan sampai akhirnya mengerjakan tugas dibatas waktu pengumpulan tugas yang ujungnya akan mempersulitnya [3].

Penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap tugas perkuliahannya tersebut dikenal dengan istilah prokrastinasi [4]. Prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa akan menimbulkan dampak negatif pada prestasi yang akan diraih [5]. Prokrastinasi berhubungan dengan perasaan tidak suka terhadap tugas yang didapatkan, serta perasaan takut gagal, melawan kontrol dan kesulitan dalam membuat keputusan [6].

Prokrastinasi berlangsung pada lingkungan perkuliahan adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik sering timbul pada mahasiswa, berdasarkan hasil penelitian terdahulu ditemukan bahwasanya mahasiswa dituntut untuk menguasai dan memiliki keterampilan serta beban belajar tinggi yang membuat mahasiswa kerap kali melakukan prokrastinasi [7]. Prokrastinasi akademik merupakan sebuah pengelakan atas apa yang mahasiswa alami, seperti kesulitan belajar dan tidak mampu mengerjakan tugas [8]. Prokrastinasi akademik memiliki beberapa aspek yaitu (1) menunda untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas, (2) terlambat ketika menyelesaikan tugas, (3) kesenjangan waktu antara rencana yang telah ditetapkan dan kinerja aktual, (4) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugasnya [9].

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Akerina & Wibowo menunjukkan bahwa sebesar 57,7% mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik pada kategori tinggi, ditunjukkan dengan banyaknya mahasiswa yang mengalami kemalasan atau belum termotivasi untuk melakukan tugas akademik [4]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Amarul dengan judul “Hubungan Antara Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa” menunjukkan sebanyak 22,32% mahasiswa dengan prokrasti tinggi [10]. Penelitian yang dilakukan oleh Shinta dengan judul “Hubungan Resiliensi Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area” juga menunjukkan bahwa 70% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik, dengan mahasiswa tidak dapat mengatur waktu efektif untuk melakukan tugas akademik sehingga mahasiswa melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas [11]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hartati, Achadi, Syarnubi, dan Naufa dengan judul “Hubungan Prokrastinasi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam FITK UIN Raden Patah Palembang” menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 60% [6]. Hasil survey yang telah dilakukan oleh peneliti pada 75 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menunjukkan bahwa prokrastinasi berada pada katagori tinggi ditunjukkan pada tabel berikut.

**Tabel 1. Hasil Survey**

<b>Fakultas</b>	<b>Prokrastinasi Rendah</b>	<b>Prokrastinasi Tinggi</b>	<b>Persentase</b>
<b>FAI</b>	7	8	16%
<b>FBHIS</b>	3	12	24%
<b>FIKES</b>	10	5	10%
<b>FPIP</b>	2	13	26%
<b>FSAINTEK</b>	3	12	24%
<b>Total</b>	25	50	100

Perilaku prokrastinasi akademik disebabkan oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal, merupakan faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa yang berkaitan dengan fisik dan psikis. Faktor eksternal, merupakan faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa yang berasal dari luar individu [12]. Menurut Santrock salah satu dari faktor tersebut yang memiliki peranan penting pada pengembangan kepribadian utamanya mahasiswa berasal dari faktor eksternal, yaitu dukungan sosial teman sebaya [13].

Menurut Sarafino dukungan sosial dari teman sebaya merupakan peran yang sangat penting untuk perkembangan seorang individu baik secara emosional ataupun sosialnya [14]. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan berupa perilaku atau tindakan yang diberikan oleh teman sebaya sehingga penerima merasa nyaman, diperhatikan, dicintai, dan dihargai [15]. Penelitian yang sudah dilakukan oleh Sholihin menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik ( $r = -0.531$ ,  $p = 0,000 < 0.05$ ) [16]. Penelitian yang dilakukan Murni menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi. Jadi dukungan sosial dari teman sebaya yang berupa perilaku atau tindakan yang membuat merasa nyaman tersebut, dapat berpengaruh baik terhadap penyelesaian tugas perkuliahan  $r = -0,132$  ( $p = 0,021 < 0,05$ ) [17].

Dukungan sosial teman sebaya memiliki beberapa aspek antara lain : (1) *Tangible support* , dukungan nyata yang diberikan oleh individu kepada rekan sebayanya yaitu meminjamkan alat tulis dan buku catatan, (2) *Intellectual support*, dukungan intelektual berbagi informasi, nasihat, mengajari temannya jika mengalami kesulitan dalam pelajaran, (3) *Social support*, hubungan pertemanan, mengingatkan apabila terdapat teman yang malas belajar, mengajak untuk belajar bersama, (4) *Emotional support*, bersedia untuk mendengarkan apabila temannya memiliki masalah serta saling memotivasi untuk berprestasi [18].

Penelitian tentang dukungan sosial dari teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa memiliki urgensi yang tinggi dalam konteks pendidikan tinggi. Prokrastinasi akademik telah terbukti menjadi salah satu hambatan utama dalam pencapaian akademik mahasiswa, mempengaruhi kinerja mereka secara keseluruhan. Dukungan sosial dari teman sebaya dapat berperan sebagai faktor yang signifikan dalam mengurangi tingkat prokrastinasi akademik ini. Dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya dapat berperan sebagai faktor penentu dalam mengurangi tingkat prokrastinasi akademik yang dapat menghambat pencapaian tujuan akademik mahasiswa. Memahami bagaimana teman sebaya memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa dapat memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan intervensi dan strategi yang bertujuan untuk memotivasi mahasiswa, mengurangi kecenderungan mereka untuk menunda-nunda tugas-tugas akademik, dan meningkatkan prestasi akademik secara keseluruhan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki implikasi yang penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan tinggi dan membantu mahasiswa mencapai potensi akademik mereka dengan lebih efektif.

Uraian diatas melatar belakangi peneliti untuk melakukan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Variabel dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berjumlah 10.006 mahasiswa. Sampel penelitian berjumlah 370 mahasiswa berdasarkan pada tabel *Krejcie* dan *Morgan* dengan taraf kesalahan 5%. Penentuan sampel menggunakan *accidental sampling* dimana pengambilan sampel secara aksidental (accidental) dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian [19].

**Tabel 1.** Populasi dan Sampel

Fakultas	Populasi	Sampel
<b>FAI</b>	835	31
<b>FBHIS</b>	3.903	144
<b>FIKES</b>	313	12
<b>FPIP</b>	2.106	78
<b>FSAINTEK</b>	2.849	105
<b>Total</b>	10.006	370

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya yang diadopsi dari penelitian Cahyani berdasarkan aspek yang ada dalam dukungan sosial teman sebaya [20]. Aspek-aspek tersebut meliputi aspek (1) *Tangible support* , dukungan nyata yang diberikan oleh individu kepada rekan sebayanya yaitu meminjamkan alat tulis dan buku catatan, (2) *Intellectual support*, dukungan intelektual berbagi informasi, nasihat, mengajari temannya jika mengalami kesulitan dalam pelajaran, (3) *Social support*, hubungan pertemanan, mengingatkan apabila terdapat teman yang malas belajar, mengajak untuk belajar bersama, (4) *Emotional support*, bersedia untuk mendengarkan apabila temannya memiliki masalah serta saling memotivasi untuk berprestasi [18]. Skala dukungan sosial teman sebaya terdiri dari 26 butir aitem yakni 12 aitem *favorable* dan 14 item *unfavorable* dengan nilai validitas yaitu 0,318 – 0,587 serta reliabilitas sebesar 0,892.

Skala prokrastinasi akademik yang diadopsi dari penelitian Izzati berdasarkan aspek yang ada dalam prokrastinasi akademik [21]. Aspek-aspek tersebut meliputi aspek (1) menunda untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas, (2) terlambat ketika menyelesaikan tugas, (3) kesenjangan waktu antara rencana yang telah ditetapkan dan kinerja aktual, (4) melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugasnya [9]. Skala prokrastinasi akademik terdiri dari 25 butir aitem yakni 12 aitem *favorable* dan 13 item *unfavorable* dengan nilai validitas yaitu 0.299-0.672 serta reliabilitas sebesar 0,775.

Data hasil penelitian dianalisa menggunakan analisis kuantitatif korelasional *Spearman Rho* dengan bantuan SPSS.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil penelitian

**Tabel 1.** Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		370
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	14.39796581
Most Extreme Differences	Absolute	.117
	Positive	.068
	Negative	-.117
Test Statistic		.117
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan dari data Tabel 1. Kolmogorof-smirnov di atas dapat diketahui nilai signifikansi dari *Unstandardized Residual* sebesar  $0.000 < 0.05$ . Hasil uji normalitas dapat dikatakan bahwa pada variabel dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik memiliki distribusi tidak normal sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh variabel memiliki distribusi tidak normal dan tidak memnuhi seluruh populasi.

**Tabel 2.** Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi Akademik *	Between Groups	(Combined)	34632.230	57	607.58	3.488	.000
					3		
Dukungan Sosial Teman Sebaya	Linearity		12485.033	1	12485.033	71.675	.000
		Deviation from	22147.197	56	395.48	2.270	.000
		Linearity			6		
	Within Groups		54347.027	312	174.18		
					9		
	Total		88979.257	369			

Dalam Tabel 2. diketahui bahwa nilai signifikansi *linearity* dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik 0,000 yang dapat diartikan nilai *linearity* lebih kecil daripada 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,000 yang dapat diartikan bahwa nilai *deviation from linearity* lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 > 0,05$ ). Maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak linier.

Berdasarkan kedua uji di atas, maka uji hipotesis dilakukan dengan uji korelasi *Spearman Rho*.

**Tabel 3. Uji Hipotesis**

		Correlations		
			Dukungan Sosial Teman Sebaya	Prokrastinasi Akademik
Spearman's rho	Dukungan Sosial Teman Sebaya	Correlation Coefficient	1.000	-.334**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	370	370
	Prokrastinasi Akademik	Correlation Coefficient	-.334**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	370	370

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil analisis berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa nilai koefisien korelasi  $r_{xy} = -0.334$  dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,0000$  ( $p < 0.05$ ). Maka dapat diartikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik, dimana semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik dan sebaliknya.

**Tabel 4. Kategori Koefisien Kolerasi**

Uji	Penghitungan	Sangat kecil	Kecil	Sedang	Besar
<b>Korelasi</b>	Koefisien korelasi (r)	<0,1	0,1	0,3	0,5
	Spearman's <i>rho</i>	<0,1	0,1	0,3	0,5
	Kendall's <i>tau</i>	<0,1	0,1	0,3	0,5
<b>Regresi Majemuk</b>	Koefisien korelasi majemuk (R)	<0,1	0,1	0,3	0,5

Berdasarkan hasil dari Tabel 4. diketahui bahwa nilai koefisien korelasi  $r = -0.334$ . Maka dapat diartikan koefisien korelasi antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada kategori sedang [22].

**Tabel 5. Kategori Skor Subjek**

Kategori	Skor Subjek			
	Prokrastinasi Akademik		Dukungan Sosial Teman Sebaya	
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%
Rendah	83	22%	58	15%
Sedang	252	68%	243	66%
Tinggi	35	10%	69	19%
Jumlah	370	100%	370	100%

Berdasarkan Tabel 5. Dapat diketahui bahwa skor subjek pada variabel prokrastinasi akademik sebanyak 83 mahasiswa yang berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 22%. Kategori sedang pada prokrastinasi akademik berjumlah 252 mahasiswa dengan persentase sebesar 68%. Sebanyak 35 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 10%.

Skor subjek pada variabel dukungan sosial teman sebaya pada tingkat kategori rendah yaitu sebanyak 58 mahasiswa dengan persentase sebesar 15%. Sebanyak 243 mahasiswa pada kategori sedang dengan persentase sebesar 66% pada variabel dukungan sosial teman sebaya. Sebanyak 69 mahasiswa pada kategori tinggi pada variabel dukungan sosial teman sebaya dengan persentase sebesar 19%.

Berdasarkan dari pembahasan Tabel 5. diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa UMSIDA memiliki sebagian besar pada kategori sedang untuk variabel dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik. Dukungan sosial teman sebaya mampu mengurangi suatu perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa UMSIDA.

## B. Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima  $r_{xy} = -0,334$  dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Maka dapat diartikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dimana semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Sholihin menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik ( $r = -0,531$ ,  $p = 0,000 < 0,05$ ) [16]. Penelitian yang dilakukan Murni menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi. Jadi dukungan sosial dari teman sebaya yang berupa perilaku atau tindakan yang membuat merasa nyaman tersebut, dapat berpengaruh baik terhadap penyelesaian tugas perkuliahan  $r = -0,132$  ( $p = 0,021 < 0,05$ ) [17]. Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih, Manangkot & Rahajeng juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik ( $r = -0,404$ ;  $p = 0,000$ ;  $\alpha = 0,05$ ) [13].

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan menunda-nunda tugas dan tanggung jawab akademik hingga mendekati tenggat waktu. Fenomena ini umum terjadi di kalangan mahasiswa dan dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik mereka. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Dukungan sosial teman sebaya memainkan peran yang sangat penting dalam menentukan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Dukungan sosial ini bisa berupa bantuan emosional, dorongan, atau bahkan bantuan praktis dalam menyelesaikan tugas. Studi menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya dapat membantu mengurangi tingkat prokrastinasi akademik [23].

Dukungan emosional dari teman sebaya memberikan rasa nyaman dan mengurangi stres yang sering kali menjadi pemicu prokrastinasi. Ketika mahasiswa merasa didukung dan dimengerti oleh teman-temannya, mereka cenderung lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Rasa kebersamaan ini menciptakan lingkungan belajar yang positif, di mana setiap individu merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan akademik. Dukungan emosional dapat berupa mendengarkan keluhan, memberikan semangat, atau sekadar hadir sebagai teman yang peduli [24].

Selain dukungan emosional, dorongan positif dari teman sebaya juga memainkan peran penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik. Dorongan ini dapat berupa motivasi verbal, pengingat akan pentingnya tugas yang harus diselesaikan, atau bahkan tantangan untuk saling berkompetisi secara sehat dalam mencapai prestasi akademik. Ketika mahasiswa saling mendorong untuk mencapai tujuan akademik, mereka cenderung lebih bersemangat dan fokus dalam menyelesaikan tugas-tugas yang ada [25].

Dukungan praktis dari teman sebaya juga sangat berpengaruh. Bantuan seperti bekerja sama dalam menyelesaikan tugas kelompok, berbagi sumber belajar, atau saling membantu memahami materi kuliah yang sulit dapat mengurangi beban akademik yang dirasakan oleh mahasiswa. Dengan adanya bantuan praktis ini, mahasiswa merasa bahwa mereka memiliki sumber daya tambahan yang bisa diandalkan, sehingga mengurangi kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan [26].

Dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh sebesar 14% terhadap prokrastinasi akademik dan 86% dipengaruhi oleh variabel lain seperti motivasi belajar, manajemen waktu, konformitas, *academic burnout*, dan *self efficacy academic*. Penelitian yang dilakukan oleh Cinthia & Kustanti menunjukkan bahwa konformitas memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik ( $r = 0,431$ ;  $p = 0,000$ ) [27]. Penelitian yang dilakukan oleh Simbolon & Simbolon menunjukkan bahwa *academic burnout* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik ( $p$ -value = 0,006 ( $p < 0,05$ )) [28]. Penelitian yang dilakukan oleh Marsela & Irianto menunjukkan bahwa motivasi belajar, manajemen waktu, dan *self efficacy academic* terhadap prokrastinasi akademik ( $p$ -value = 0,000 ( $p < 0,05$ )) [29].

Limitasi dari penelitian yang sudah dilakukan yaitu dalam penggunaan populasi peneliti masih di wilayah mahasiswa UMSIDA di mana masih banyak populasi yang lebih luas lagi pada jenjang SD, SMP, SMA, dan pendidikan pesantren. Peneliti hanya menggunakan satu variabel  $x$  saja yaitu dukungan sosial teman sebaya untuk melihat prokrastinasi akademik, di mana masih banyak variabel lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Untuk mengoptimalkan dukungan sosial teman sebaya dalam mengatasi prokrastinasi akademik, diperlukan pendekatan yang komprehensif. Institusi pendidikan dapat memainkan peran dengan menyediakan fasilitas dan program yang mendukung interaksi positif antar mahasiswa, seperti kelompok belajar atau mentoring sebaya. Dengan demikian, mahasiswa dapat saling mendukung secara efektif dalam mencapai tujuan akademik mereka, sekaligus mengurangi kecenderungan prokrastinasi.

#### IV. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang peneliti ajukan diterima, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya oleh mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa. Sumbangan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik sebesar 14% dan 86% dipengaruhi oleh variabel lain seperti motivasi belajar, manajemen waktu, konformitas, *academic burnout*, dan *self efficacy academic* [27], [28], [29].

Hasil penelitian diharapkan dapat dimplikasikan kepada mahasiswa UMSIDA dalam konteks pengembangan pendidikan tanpa adanya penundaan. Memahami bagaimana mahasiswa dapat mengikuti workshop atau seminar mengenai pentingnya dukungan sosial teman sebaya untuk mengurangi prokrastinasi akademik. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan pandangan yang berharga bagi mahasiswa. Bagi universitas diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan dalam penyusunan pendidikan. Pihak universitas diharapkan dapat memberikan workshop atau seminar terkait dukungan sosial teman sebaya.

#### REFERENSI

- [1] A. Haryanti and R. Santoso, "Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi," *SUKMA J. Penelit. Psikol.*, vol. 1, no. 1, pp. 41–47, 2020, [Online]. Available: <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/sukma/article/view/3592>.
- [2] F. K. Dewi, "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Di Universitas Muhammadiyah Ponorogo," Universitas Muhammadiyah Ponorogo, 2023.
- [3] Y. Yofiana *et al.*, "Hubungan Kecemasan Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Hukum UNNES 2023," *J. Kult.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–11, 2024.
- [4] J. R. Akerina and D. H. Wibowo, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa," *Humanlight J. Psychol.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–14, 2022.
- [5] M. A. D. Krisnadhi and L. K. P. A. Susilawati, "Peran konformitas teman sebaya dan dukungan sosial orangtua terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana," *J. Psikol. Udayana*, vol. 6, no. 3, pp. 183–194, 2019.
- [6] J. Hartati, W. Achadi, Syarnubi, and M. M. Naufa, "Hubungan Prokrastinasi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam FITK UIN Raden Patah Palembang," *Al-Mada J. Agama Sosisal dan Budaya*, vol. 5, no. 4, pp. 608–618, 2022.
- [7] P. W. Utami and Duryati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa," *J. Pendidik. Tambusai*, vol. 7, no. 1, pp. 2345–2353, 2023.
- [8] H. Tuaputimain and V. D. Tutupary, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi," *TANGKOLEH PUTAI*, vol. 18, no. 2, pp. 146–159, 2021.
- [9] A. Saman, "Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan)," *J. Psikol. Pendidik. Konseling J. Kaji. Psikol. Pendidik. dan Bimbing. Konseling*, vol. 3, no. 2, pp. 55–62, 2017.
- [10] A. Z. Astari and D. Nastiti, "Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa," *Res. J. Anal. Invent.*, vol. 1, no. 2, 2023.
- [11] D. Shinta, "Hubungan Resiliensi Akademik Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area," Universitas Medan Area, 2022.

- [12] F. Z. A. Sopha, "Peran Teman Sebaya Dalam Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ppkn Dan Upaya Lulus Tepat Waktu," Universitas Lampung Bandar Lampung, 2022.
- [13] N. K. A. T. Wahyuningsih, M. V. Manangkot, and I. M. Rahajeng, "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan," *Community Publ. Nurs.*, vol. 10, no. 1, pp. 109–114, 2022.
- [14] I. D. G. A. Dinata and Supriyadi, "Hubungan kontrol diri , beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja part time," *J. Psikol. Udayana*, pp. 103–115, 2019.
- [15] R. S. Rachmawan, D. Mahastuti, and A. M. Rahmania, "Kontrol Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *J. Psikol. POSEIDON*, vol. 4, no. 2, pp. 62–77, 2021.
- [16] M. Sholihin, "Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013-2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2019.
- [17] A. R. Murni, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Dalam Menghafal Juz 'Amma Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau." Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2018.
- [18] E. Prihandrijani, "Pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap flow akademik pada siswa SMA 'X' di Surabaya." UNIVERSITAS AIRLANGGA, 2016.
- [19] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. ALFABETA, 2016.
- [20] C. N. Cahyani, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Flow Akademik Pada Mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2020.
- [21] R. Izzati, "Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan (FPIP) Di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo," Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 2022.
- [22] M. A. Goss-Sampson, *Analisis Statistik Menggunakan Jasp: Buku Panduan Untuk Mahasiswa*. 2019.
- [23] R. Setiawati and A. Nurjanah, "Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa," *Coution J. Couns. Educ.*, vol. 5, no. 1, pp. 35–46, 2024.
- [24] P. Anastasya Inez, "Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik (Penundaan Tugas) Mahasiswa BK FKIP UPS Tegal Angkatan 2016." Universitas Pancasakti Tegal, 2019.
- [25] Y. Tarumasely, *Meningkatkan Kemampuan Belajar Mandiri (Panduan untuk Mengembangkan Self-Regulated Learning)*. Academia Publication, 2024.
- [26] J. P. Udayana, "Hubungan kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja part time," 2019.
- [27] R. Cinthia and E. Kustanti, "Hubungan Antara Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa," *Empati*, vol. 6, no. 2, pp. 31–37, 2017.
- [28] P. Simbolon and N. Simbolon, "Hubungan academic burnout dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa stikes santa elisabeth medan," *J. Pendidik.*, vol. 12, no. 2, pp. 96–107, 2021.
- [29] Marsela and A. Irianto, "Pengaruh Motivasi Belajar, Manajemen Waktu, dan Self-Efficacy Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Departemen Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang," *J. Pendidik. Tambusai*, vol. 8, pp. 9251–9259, 2023.

***Conflict of Interest Statement:***

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*