

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PROKRASTINASI Pengerjaan SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS
SAINS DAN TEKNOLOGI ANGKATAN 2018 UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**



Oleh :

Dunda Sholichatun Nisa'

19410182

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PROKRASTINASI Pengerjaan SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS
SAINS DAN TEKNOLOGI ANGKATAN 2018 UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Dunda Sholichatun Nisa'

NIM. 19410182

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PROKRASITINASI Pengerjaan SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS
SAINS DANA TEKNOLOGI ANGKATAN 2018 UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh

Dunda Sholichatun Nisa'

NIM. 19410182

Telah Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing Skripsi



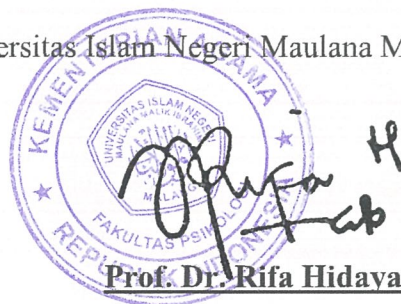
Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

NIP. 195507171982031005

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

**PENGARUH *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
PROKRASTINASI Pengerjaan SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS
SAINS DANA TEKNOLOGI ANGKATAN 2018 UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

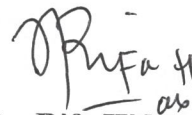
Susunan Dewan Penguji

Sekretaris Penguji



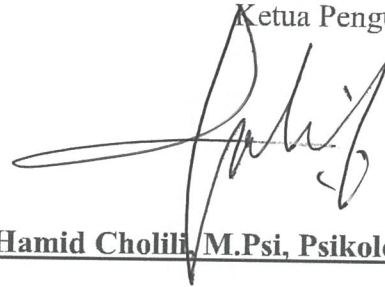
Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

Penguji Utama



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si

Ketua Penguji



Abdul Hamid Cholili, M.Psi, Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada tanggal 10 Mei 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dunda Sholichatun Nisa'

NIM : 19410182

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**" yang merupakan karya sendiri dan tidak melakukan tindakan plagiat dalam penyusunan skripsi ini. Kutipan-kutipan yang terdapat pada skripsi ini telah dicantumkan didaftar pustaka. Saya bersedia melakukan proses sebagaimana yang telah tercantum pada Undang-Undang, jika skripsi ini merupakan plagiasi dari karya orang lain dan bukan tanggung jawab Dosen Pembimbing dan juga Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebaik-baiknya.

Malang, 24 Maret 2023

Penulis



Dunda Sholichatun Nisa'

NIM. 19410182

MOTTO

Tidak ada sebuah kesuksesan tanpa kerja keras. Tidak ada keberhasilan tanpa kebersamaan. Tidak ada sebuah kemudahan tanpa do'a.

~ Ridwan Kamil ~

Orang lain tidak akan pernah bisa paham *struggle* dan masa sulit kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walau tidak ada yang tepuk tangan, namun kelak diri kita ini dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang telah kita perjuangkan hari ini.

~ Fardiyandi ~

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain.

~ QS. Al Insyirah 7 ~

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan hasil skripsi saya ini sebagai ibadah dalam menuntut ilmu kepada Allah SWT dan sebagai cinta terhadap Nabi Muhammad SAW.

Hasil skripsi ini juga saya tunjukkan kepada ibu dan almarhum ayah saya yang telah memberikan dukungan dari awal perkuliahan sampai bisa ditahap akhir saat ini. Tidak lupa pula ucapan terimakasih yang sangat mendalam kepada ibu, kakak, pak de, adik dan almarhum ayah yang telah berjuang untuk saya bisa lulus.

Teruntuk dosen pembimbing saya yakni bapak Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I dan bapak Abdul Hamid Cholili, M.Psi, Psikolog yang telah memberikan bimbingan penuh tanpa bosan sampai detik ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang semata-mata karena rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan proposal penelitian yang berjudul “Pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”. Sholawat serta salam kita haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah berjuang dari zaman yang gelap menuju jalan yang terang yakni agama islam.

Penyusunan laporan proposal penelitian ini untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Fakultas Psikologi. Penyusunan ini dapat terlaksana dengan baik karena dukungan dari berbagai pihak. Penyusunan ini dapat berjalan dengan baik berkat dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Prof. Dr. Rifa Hidayah, M.Si selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Yusuf Ratu Agung, MA selaku ketua program Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Bapak Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I selaku dosen pembimbing pertama atas bimbingan dan dukungan dalam penyelesaian proposal skripsi ini.
5. Bapak Abdul Hamid Cholili, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing kedua atas bimbingan dan dukungan dalam penyelesaian proposal skripsi ini.

6. Kedua orang tua ibu Nur Faridah dan Alm. Sa'dun Ikrom terima kasih atas perjuangan, dukungan dan do'a sehingga tugas akhir dalam perkuliahan ini dapat terselesaikan.
7. Kakak Dr. Jumiatin Ninda Isnandari terima kasih atas dukungan dan motivasi kepada adiknya sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dalam perkuliahan ini.
8. Pak de Aminin selaku dosen pribadi terima kasih atas arahan, nasihat, do'a dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dalam perkuliahan ini.
9. Seluruh teman-teman saya dari sahabat dekat sampai teman jauh terima kasih atas dukungan, bantuan dan saran kalian sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dalam perkuliahan ini.
10. Terima kasih kepada semua yang telah memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas akhir ini yang mungkin tidak dapat peneliti sebut satu-persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan kebaikan kepada kalian semua yang berlipat ganda atas bantuannya untuk menyelesaikan tugas akhir dalam perkuliahan ini baik secara langsung atau tidak langsung.

Malang, 24 Maret 2023

Penulis

Dunda Sholichatun Nisa'

NIM. 19410182

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	7
BAB II KAJIAN TEORI	8
A. Prokrastinasi	8
1. Pengertian Prokrastinasi	8
2. Faktor-Faktor Prokrastinasi	10
3. Jenis-Jenis Prokrastinasi	12

4. Aspek-Aspek Prokrastinasi	13
5. Prokrastinasi Dalam Perspektif Islam	15
B. <i>Self Efficacy</i>	16
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i>	16
2. Aspek-Aspek <i>Self Efficacy</i>	18
3. Proses-Proses <i>Prokrastinasi</i>	19
4. <i>Self Efficacy</i> Dalam Perspektif Islam	21
C. Dukungan Sosial	23
1. Pengertian Dukungan Sosial	23
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	24
3. Komponen-Komponen Dukungan Sosial	25
4. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam	27
D. Kerangka Konseptual	28
1. Pengaruh <i>Self Efficacy</i> Terhadap Prokrastinasi	29
2. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi	30
3. Pengaruh <i>Self Efficacy</i> dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi ..	31
E. Hipotesis Penelitian	32
1. Hipotesis Mayor	33
2. Hipotesis Minor.....	33
2. Hipotesis Nihil	32
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
C. Definisi Operasional	35
1. <i>Self Efficacy</i>	35

2. Dukungan Sosial	36
3. Prokrastinasi	36
D. Populasi dan Sampel	36
E. Metode Pengumpulan Data	38
1. Wawancara	38
2. Kuesioner	38
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	42
G. Teknik Analisis Data	46
1. Uji Asumsi	47
2. Analisis Deskripsi Data	47
3. Uji Hipotesis	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Pelaksanaan Penelitian	52
B. Hasil Penelitian.....	53
1. Uji Asumsi	53
2. Analisis Deskripsi Data	55
3. Uji Hipotesis	59
C. Pembahasan	62
BAB V PENUTUP.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN-LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	35
Tabel 3.2	38
Tabel 3.3	39
Tabel 3.4	40
Tabel 3.5	41
Tabel 3.6	42
Tabel 3.7	43
Tabel 3.8.....	44
Tabel 3.9.....	45
Tabel 3.10	46
Tabel 3.11	46
Tabel 3.12	49
Tabel 3.13	51
Tabel 4.1	53
Tabel 4.2	54
Tabel 4.3	55
Tabel 4.4	57
Tabel 4.5	57
Tabel 4.6	57
Tabel 4.7	58
Tabel 4.8	58
Tabel 4.9	59
Tabel 4.10	59
Tabel 4.11	60

Tabel 4.12	60
Tabel 4.13	60
Tabel 4.14	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	35
------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala <i>Self Efficacy</i>	81
Lampiran 2 Skala Dukungan Sosial	84
Lampiran 3 Skala Prokrastinasi	86
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas	89
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas	113
Lampiran 6 Hasil Uji Normalitas dan Linieritas	114
Lampiran 7 Hasil Hasil Kategorisasi	115
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis	116
Lampiran 9 Skor	118

ABSTRAK

Sholichatun Nisa, Dunda. 2023. Pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing : Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

Abdul Hamid Cholili, M.Psi, Psikolog

Prokrastinasi akademik merupakan sebuah perilaku dimana untuk menunda-nunda sebuah tugas atau sebuah kegiatan dalam mengerjakan tugas namun membutuhkan waktu yang lebih lama dari waktu yang diberikan. Prokrastinasi ini menjadi salah satu masalah yang sangat penting didalam dunia pendidikan, jika sebuah prokrastinasi ini tidak dapat diatasi secara segera maka dapat menjadikan sebuah masalah yang besar. Faktor dari prokrastinasi ini terdapat faktor eksternal dan faktor internal yang telah diambil salah satu dari kedua faktor tersebut didalam penelitian ini. Fenomena ini sendiri telah ditemukan peneliti di Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2018. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat *self efficacy*, dukungan sosial, prokrastinasi dan untuk melihat pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi.

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yakni menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden 76 mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *self efficacy* 56,6%, tingkat dukungan sosial 61,8% dan tingkat prokrastinasi 89,5%. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi dengan nilai signifikansi $0,000 > 0,05$ sedangkan untuk dukungan sosial didapatkan hasil tidak adanya pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi dengan nilai signifikansi $0,201 > 0,05$. Secara simultan didapatkan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial berpengaruh terhadap prokrastinasi yang artinya semakin tinggi *self efficacy* dan dukungan sosial individu akan semakin rendah prokrastinasi akademik, secara simultan juga didapatkan presentase sebesar 46% dan sisanya terdapat faktor lain.

Kata Kunci : *Self Efficacy*, Dukungan Sosial, Prokrastinasi Akademik.

ABSTRACT

Sholichatun Nisa, Dunda. 2023. The influence of self-efficacy and social support on procrastination on thesis work of students of the Faculty of Science and Technology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang. Thesis. Psychology Department. Faculty of Psychology. State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor : Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

Abdul Hamid Cholili, M.Psi, Psikolog

Academic procrastination is a behavior in which to procrastinate an assignment or an activity in doing the task but takes longer than the time allotted. This procrastination is one of the most important problems in the world of education, if this procrastination cannot be resolved immediately it can become a big problem. The factors of this procrastination are external factors and internal factors which have been taken from one of the two factors in this study. This phenomenon itself has been discovered by researchers at the Faculty of Science and Technology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang class of 2018. The purpose of this study was to determine the level of self efficacy, social support, procrastination and to see the effect of self efficacy and social support on procrastination.

This research was conducted using quantitative methods. The sampling technique is using purposive sampling with the number of respondents being 76 students of the Faculty of Science and Technology. The results in this study indicate that the level of self-efficacy is 56.6%, the level of social support is 61.8% and the level of procrastination is 89.5%. The results of this study indicate that there is a significant negative effect between self-efficacy on procrastination with a significance value of $0.000 > 0.05$ while for social support the results show that there is no significant effect on procrastination with a significance value of $0.201 > 0.05$. Simultaneously it was found that self-efficacy and social support had an effect on procrastination, which means that the higher the individual's self-efficacy and social support, the lower the academic procrastination, simultaneously a percentage of 46% was obtained and the rest contained other factors.

Keywords : *Self Efficacy*, Social Support, Academic Procrastination.

مستخلص البحث

صالحة النساء، دوندا. 2023. أثر الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي في المماثلة في عمل أطروحة طلاب كلية العلوم والتكنولوجيا، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. بحث جامعي. قسم علم النفس. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرف : الأستاذ الدكتور مولياي، الماجستير

التسويق الأكاديمي هو سلوك يتم فيه تأجيل مهمة أو نشاط في أداء المهمة ولكنه يستغرق وقتاً أطول من الوقت المخصص. هذا التسويق هو أحد أهم المشاكل في عالم التعليم، إذا لم يتم حل هذا التسويق على الفور فقد يصبح مشكلة كبيرة. إن عوامل هذا التسويق هي عوامل خارجية وعوامل داخلية مأخوذة من أحد العاملين في هذه الدراسة. تم اكتشاف هذه الظاهرة نفسها من قبل باحثين في كلية العلوم والتكنولوجيا، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج دفعة 2018.

تم إجراء هذا البحث باستخدام المنهج الكمي. تستخدم تقنية أخذ العينات أسلوب أخذ العينات الهادف حيث بلغ عدد المستجيبين 76 طالباً في كلية العلوم والتكنولوجيا. تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن مستوى الكفاءة الذاتية 56.6% ومستوى الدعم الاجتماعي 61.8% ومستوى التسويق 89.5%. تشير نتائج هذه الدراسة إلى وجود تأثير سلبي معنوي بين الكفاءة الذاتية على التسويق بقيمة معنوية قدرها $0.05 < 0.000$ بينما بالنسبة للدعم الاجتماعي تظهر النتائج أنه لا يوجد تأثير معنوي على التسويق بقيمة معنوية $0.201 < 0.05$. وفي نفس الوقت، وجد أن الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي كان لهما تأثير على التسويق، مما يعني أنه كلما زادت الكفاءة الذاتية للفرد والدعم الاجتماعي، انخفض التسويق الأكاديمي، وفي نفس الوقت تم الحصول على نسبة 46% والباقي يحتوي على عوامل أخرى.

الكلمات الأساسية : الكفاءة الذاتية، الدعم الاجتماعي، التسويق الأكاديمي

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Mahasiswa memiliki 2 kata yakni maha yang artinya besar dan siswa artinya seseorang yang sedang melakukan pembelajaran. Dapat diartikan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan tinggi. Batas usia mahasiswa sendiri ini yang dapat mengikuti pelajaran yakni dari usia sekitar 18-30 tahun (Panjaitan et al., 2018). Skripsi sendiri merupakan sebuah karya ilmiah yang dimana mahasiswa sarjana telah berkontribusi melalui perencanaan, implementasi dan juga penelitian. Mahasiswa S1 sendiri untuk mendapatkan sebuah ijazahnya maka skripsi menjadi salah satu syaratnya. Mahasiswa sendiri seharusnya menempuh pendidikan minimal 4 tahun atau setara dengan 8 semester dan tentunya akan melewati masa-masa pengerjaan skripsi. Mahasiswa telah diberikan waktu selama satu semester atau enam bulan dalam pengerjaan skripsi. Namun, faktanya yang terjadi beberapa mahasiswa tidak cukup dalam waktu satu semester tersebut untuk menyelesaikan skripsinya.

Dalam penelitian ini akan mengambil subjek dari mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan data yang telah diperoleh dari BAK Fakultas Sains dan Teknologi 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang didapatkan jumlah mahasiswa angkatan 2018 yang masih belum lulus atau masih mengerjakan skripsi yakni 492 mahasiswa dari 712 mahasiswa. Dengan rincian 115 mahasiswa Jurusan Matematika, 123 Jurusan Biologi, 112 Jurusan Kimia, 73 Jurusan Fisika, 126 Jurusan Teknik Informatika, 125 Jurusan Teknik Arsitektur, dan 38 Jurusan Perpustakaan dan Ilmu Informasi. Maka dapat dikatakan 31% yang sudah lulus dan 69% yang masih mengerjakan skripsi melebihi batas standar yakni melebihi 8 semester yang saat ini sudah menginjak semester 9. Mahasiswa-mahasiswa tersebut melakukan penundaan tugas yang biasa dikenal dengan prokrastinasi.

Permasalahan yang terjadi dilapangan tersebut sering dinamai dengan prokrastinasi. Prokrastinasi sendiri adalah menunda untuk memulai atau menyelesaikan pekerjaan namun malah terlibat dengan kegiatan yang tidak bermanfaat (Saman, 2017). Sedangkan prokrastinasi akademik sendiri adalah kegagalan yang dialami seseorang dalam menyelesaikan tugas akademik sampai batas waktu terakhir (Saman, 2017). Prokrastinasi ini dikatakan sebagai penundaan tugas atau penghindaran tugas yang tidak disukai atau bahkan dianggap susah oleh seorang individu. Prokrastinasi ini terjadi ketika sebuah penundaan dilakukan secara sengaja ataupun tidak sengaja yang bertujuan untuk menghadapi kesulitan yang dihadapi sehingga dapat menyebabkan keterlambatan. Aspek-aspek yang ada didalam prokrastinasi menurut Ferrari 1995 yakni ada keterlambatan dalam memulai dan juga menyelesaikan tugas, terlambat mengerjakan tugas, adanya jeda waktu antara rencana dan kinerja aktual dan aktivitas lainnya.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penyelesaian pekerjaan ini adalah keterlambatan yang biasa dikenal dengan prokrastinasi (Ahmad et al., 2021). Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa penundaan akademik memainkan peran penting dalam keberhasilan akademik. Maka prokrastinasi ini salah satu masalah dalam bidang pendidikan yang sangat perlu diperhatikan. Prokrastinasi ini lekat sekali dengan kata malas. Menurut Ferrari (1995) faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik ada dua yakni faktor internal dan eksternal (Lestari et al., 2022). Faktor internal ini sebuah faktor yang ada didalam diri individu seperti efikasi diri (*self efficacy*), kontrol diri, motivasi dan *locus of control*. Sedangkan faktor eksternal ini faktor dari luar tubuh seperti dukungan sosial (dukungan orang tua dan dukungan teman sebaya) tugas yang *over* dan kondisi lingkungan (Satriantono & Wibowo, 2022). Kedua faktor tersebut sangat penting dalam mempengaruhi prokrastinasi terutama di bidang akademik.

Faktor internal yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah *self efficacy*. *Self efficacy* ini merupakan keyakinan bahwa seseorang memegang memiliki

keterampilan yang dimilikinya dan bahwa kerja kerasnya akan membuahkan hasil yang mempengaruhi perilaku orang tersebut (Zagoto, 2019). Pengerjaan skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa sangat dipengaruhi dominan oleh keyakinan yang ada pada dirinya. Ketika (*self efficacy*) seseorang tinggi maka prokrastinasi yang dilakukan kemungkinan akan semakin rendah begitupun sebaliknya (Psikologi & Psikologi, n.d.). *Self efficacy* Bandura memiliki tiga aspek yakni *level* (tingkat), *generality* (keluasan) dan *strength* (kekuatan).

Salah satu penelitian yang dilakukan oleh M. Rizky Mubarak pada tahun 2020 berjudul “Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penghafal Al-Qur’an Pondok Pesantren Bani Yusuf Malang” UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menunjukkan bahwa efikasi ini memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan sebuah penelitian pada tahun 2021 oleh Puput Wahyuningsih, Rahmawati dan Alfiandy Waruh Handoyo berjudul “Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa” yang menunjukkan bahwa 26,4% dari *self efficacy* mempengaruhi prokrastinasi akademik dan 73,6% ini dipengaruhi oleh faktor lain (Wahyuningsih & Handoyo, 2021).

Salah satu faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Faktor tersebut akan menjadi pertimbangan dalam penelitian ini. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, bahkan bantuan yang diperoleh seseorang yang diterima seseorang dari orang lain. Dukungan sosial ini biasanya datang dari orang-orang penting biasanya seperti keluarga dan teman (Muthmainah, 2022). Penelitian ini berfokus pada dukungan sosial dari teman sebaya dan orang tua. Dukungan sosial dari teman sebaya dan orang tua merupakan salah satu faktor eksternal yang menjadi penyebab keterlambatan (prokrastinasi) akademik. Dukungan sosial dari teman sebaya dan orang tua dapat juga meningkatkan stabilitas psikologis seseorang. Bagi sebagian orang, peran teman sebaya memang penting, namun ada juga yang beranggapan bahwa teman sebaya tidak memiliki peran dalam kehidupannya. Dukungan sosial memiliki

empat yakni dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Syifa, Rizka Nurul pada tahun 2018 yang berjudul “Pengaruh *fear or failure*, motivasi berprestasi dan dukungan sosial orang tua terhadap prokrastinasi akademik dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Jurusan Akuntansi Universitas Negeri Malang” yang menunjukkan bahwa hasilnya adalah dukungan sosial dari orang tua tersebut tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh M Tri Indarto Sholihin tahun 2019 yang berjudul “Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013-2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” menunjukkan bahwa hasilnya adalah dukungan sosial tersebut berpengaruh terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi.

Dari hasil wawancara dengan salah satu mahasiswa Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2019 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berisi “Menurut saya dukungan sangat berpengaruh apalagi teman sebaya yang biasanya ikut mencarikan solusi dan dukungan dari orang tua berupa semangat dan wejangan. Kalau tentang keyakinan dari diri saya sangat yakin dan kuat. Penghambat dalam pengerjaan skripsi saya sebenarnya itu organisasi”. Pada hasil diatas subjek memperlihatkan bahwa dukungan sosial dan *self efficacy* sangat berpengaruh dan subjek tersebut juga membuktikan bahwa terdapat prokrastinasi pengerjaan skripsi yakni melalui kegiatan organisasi yang seharusnya berkontribusi disebuah organisasi memang tidak disalahkan namun harus mengerti waktu dan mana yang lebih prioritas, sebagai mahasiswa prioritas utama kita merupakan kuliah namun subjek diatas melupakan kewajibannya untuk kuliah bahkan sedang mengerjakan skripsi.

Peneliti mengambil tempat penelitian Fakultas Sains dan Teknologi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ini karena memang di Fakultas tersebut mahasiswanya banyak yang masih belum lulus. Oleh karena

itu, penelitian ini dilakukan karena terdapat 4 temuan berbeda dari penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* dan dukungan sosial berpengaruh terhadap prokrastinasi dan sebaliknya terhadap prokrastinasi skripsi. Pentingnya penelitian ini terletak pada fakta bahwa prokrastinasi merupakan masalah utama dalam pendidikan yang perlu dipecahkan dan diketahui faktor penyebabnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada penelitian ini peneliti mempertimbangkan kedua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal fokus di sini pada dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat *self efficacy* pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
2. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
3. Bagaimana tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
4. Bagaimana terdapat pengaruh antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Mengetahui tingkat *self efficacy* pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Mengetahui tingkat dukungan sosial pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Mengetahui tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Mengetahui bagaimana pengaruh antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. MANFAAT PENELITIAN

Manfaat dari penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat dalam penelitian ini yakni sebagai kontribusi karya ilmiah terhadap perkembangan ilmu psikologi, tentunya dalam bidang psikologi pendidikan memberikan tambahan penjelasan terkait pengaruh dari *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik pengerjaan skripsi pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Pimpinan Lembaga

Manfaat bagi pimpinan lembaga untuk meningkatkan kualitas dalam lembaga pendidikan yang dipimpin. Serta memberikan gambaran kepada pimpinan lembaga agar dapat meningkatkan kinerjanya sebagai pimpinan yang baik. Diharapkan juga pimpinan lembaga dapat mengajak seluruh anggotanya bekerjasama agar kualitas lembaga semakin baik.

b. Dosen Penasihat Akademik

Manfaat bagi dosen penasihat akademik untuk sebuah motivasi peningkatan kinerja dalam pencapaian tujuan mahasiswa. Serta dapat memberikan masukan berupa saran dan kritik agar mahasiswa dapat menjadi lebih baik.

c. Bagi Mahasiswa

Menambah pengetahuan atau gambaran bagi mahasiswa mengenai prokrastinasi akademik, *self efficacy* dan dukungan sosial sehingga dapat dijadikan sebuah bahan penelitian dan juga sebagai ilmu untuk intropeksi dalam mengerjakan skripsi agar mahasiswa tidak menunda-nunda dalam mengerjakan skripsinya.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Manfaat bagi penelitian selanjutnya adalah dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian tentunya mengenai pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi skripsi pada mahasiswa.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. PROKRASTINASI

1. Pengertian Prokrastinasi

Prokrastinasi sendiri diambil dari bahasa latin yakni *procrastinare* yang terdiri dari 2 kata “*pro*” (maju) dan “*crastinus*” (milik hari esok) jadi jika digabungkan berarti menunda suatu pekerjaan, aktivitas dan tugas (Knaus, 2010). Baumeister dan Vohs (2007) mengatakan bahwa prokrastinasi itu lebih mengarah ke perilaku yang sengaja membuang waktu sebelum *deadline*. *The American College Dictionary* yang dituliskan oleh Burka dan Yuenn (dalam Ferrari dkk., 1995) menjelaskan bahwa prokrastinasi ini merupakan suatu penundaan pada waktu dan hari yang lain. Sedangkan Menurut Steel (2007) salah satu masalah dalam dunia pendidikan adalah prokrastinasi yang dianggap sebagai perilaku yang merusak atau bahkan menghambat keberhasilan akademik.

Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi ini merupakan perilaku yang ditujukan untuk menghindari sebuah tugas yang telah diberikan dalam batas waktu tertentu. Dalam menghindari tugas tersebut seseorang melakukan yang namanya sebuah penundaan. Prokrastinasi ini sebuah perilaku penundaan yang dilakukan untuk menghindari sesuatu yang dirasa sulit atau bisa dikarenakan lebih memilih kegiatan yang lebih menyenangkan. Kegiatan yang dirasa menyenangkan ini akan dilakukan terlebih dahulu dari pada sebuah tugas yang dirasa tidak menyenangkan maka dari itu timbullah sebuah prokrastinasi.

Seseorang yang suka menunda-nunda ini disebut prokrastinator. Menurut teori yang bernama *reinforcement* (penguatan), prokrastinator ini tidak pernah atau jarang dihukum. Seorang prokrastinator ini seringkali

merasa mengambil keuntungan sebab dengan menunda pekerjaan suatu tugas yang pada akhirnya akan diselesaikannya juga. Sedangkan teori *cognitive behavioura* menjelaskan bahwa penundaan adalah hasil dari sebuah kesalahan berpikir yang menciptakan pemikiran irasional tentang tugas seperti ketakutan akan gagal dalam tugas (Ferrari dan Morales, 2007). Menurut Ferrari, Johnson & McCown 1995 jelas bahwa prokrastinasi ini merupakan sebuah tindakan dimana untuk menunda tugas akademik (Widyaningsih & Savira, 2021).

Prokrastinasi ini berdampak negatif pada kualitas bekerja dan terkait erat dengan hasil, baik fisik atau psikologis. Sejarah dari prokrastinasi sendiri ini bermula dari abad ke-17 yang dijelaskan didalam *The Oxford English Dictionary* (Baumeister & Vohs, 2007) dan pada abad yang ke-18 bertepatan dengan revolusi industri, prokrastinasi digunakan secara luas sebagai konsekuensi negatif yang membuang waktu sebelum *deadline*. Seseorang yang mengalami prokrastinasi ini tidak memiliki stimulus dalam melakukan sebuah aktivitas dengan waktu tertentu. Prokrastinasi ini erat sekali kaitannya dengan dunia pendidikan yang biasanya didalam dunia pendidikan disebut prokrastinasi akademik.

Beberapa pendapat para ahli tentang prokrastinasi akademik menurut Senecal dkk. (1995) yang mengatakan bahwa prokrastinasi akademik bisa diartikan sebagai kondisi seseorang yang ingin menyelesaikan suatu tugas akademik tetapi tidak melakukan kegiatan yang diinginkan dalam waktu yang telah ditentukan. Sedangkan menurut Schraw dkk. (2007) bahwa prokrastinasi yaitu perilaku yang sengaja menunda pekerjaan yang sedang dikerjakan.

Dapat disimpulkan mengenai prokrastinasi akademik sendiri menunjukkan perilaku menunda-nunda suatu tugas hingga membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya dan bisa dilakukan dalam waktu yang lama bisa berdampak negatif. Prokrastinasi akademik ini biasanya dilakukan secara berulang-ulang sehingga dapat menjadi sebuah kebiasaan

bagi seorang individu. Jadi prokrastinasi akademik ini sangat sering terjadi dikalangan siswa tentunya di kalangan mahasiswa dengan banyak sekali alasan dalam menyelesaikan tugas.

2. Faktor-Faktor Prokrastinasi

Menurut Ferrari (1995) prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor yakni faktor internal dan eksternal (Lestari et al., 2022). Faktor internal tersebut adalah faktor yang telah ada pada dalam diri individu seperti efikasi diri (*self efficacy*), kontrol diri, motivasi dan *locus of control*. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor di luar tubuh seperti dukungan (dukungan orang tua dan dukungan teman sebaya), kelebihan beban tugas dan kondisi lingkungan (Satriantono & Wibowo, 2022).

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang telah ada pada dalam diri seseorang. Faktor tersebut juga dapat mempengaruhi terjadinya keterlambatan akademik. Faktor tersebut akan dibagi menjadi dua jenis yaitu kondisi fisik dan psikologi.

1) Kondisi Fisik

Kondisi fisik atau bisa dikatakan kondisi tubuh atau badan seseorang terlihat dari luar dan kesehatannya. Seseorang yang sehat dan tidak sehat itu kemampuan belajar dan daya tangkapnya berbeda. Seperti salah satunya yakni kontrol diri dan motivasi. Seseorang yang telah memiliki kontrol diri baik maka bisa terhindar dari yang namanya sebuah prokrastinasi didalam akademik. Sedangkan seseorang yang tidak memiliki motivasi maka dapat menimbulkan sebuah prokrastinasi (Rezkie & Syahza, 2022).

2) Faktor Psikologis

Kondisi psikologis ini merupakan kondisi mental seseorang. Keadaan psikologis seperti *self efficacy* dan *locus of control*. Seseorang

yang *self efficacy* nya tinggi tentu akan bisa dipastikan memiliki kegigihan yang tinggi dan begitupun sebaliknya, oleh karena tinggi dan rendah *self efficacy* tersebut dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Sedangkan *locus of control* seseorang ini mampu mengatur hidupnya oleh karena itu locus of control sangat berpengaruh besar dalam hidupnya (Moh. Soleh et al., 2022).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini merupakan sebuah faktor *extracorporeal* atau bisa dikatakan yang ada diluar tubuh yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor ini seperti dukungan, tugas yang over dan kondisi lingkungan.

1) Dukungan

Dukungan ini merupakan dukungan sosial, dukungan sosial sangatlah luas namun yang lekat dengan prokrastinasi dibidang akademik mahasiswa yakni dukungan sosial dari keluarga dan dukungan sosial dari teman sebaya.

2) Tugas Over

Tugas terlalu banyak dan tidak sesuai dengan waktu yang diberikan membuat tugas mahasiswa tidak segera selesai. Bahkan tidak hanya itu saja bisa karena tingkat kesulitan tugas, waktu yang diberikan terlalu lama sehingga bisa menyebabkan prokrastinasi akademik.

3) Kondisi Lingkungan

Biasanya lingkungan dalam sebuah prokrastinasi akademik yang tidak teratur lebih banyak terletak pada kawasan yang rendah kontrol daripada yang ketat pengawasannya. Jenjang sekolah dan letak sekolah (seperti didesa atau kota) juga bisa mempengaruhi prokrastinasi akademik.

Dapat disimpulkan dari sini bahwa faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi seseorang adalah karena faktor internal dan eksternalnya. Faktor internal seperti individu seperti *self-efficacy*, *self-control*, motivasi dan *locus of control*. Faktor eksternal dari luar tubuh, seperti dukungan (*parental support* dan *peer support*), lembur dan kondisi lingkungan. Namun penelitian ini menggunakan faktor internal yaitu *self efficacy*, dan faktor eksternal yaitu dukungan keluarga dan teman sebaya (*peer group*).

3. Jenis-Jenis Prokrastinasi

Menurut Ferrari, Johnson & McCown (1995) prokrastinasi telah dibagi menjadi 2 yakni sebagai berikut (Umari et al., 2020) :

a. *Functional Procrastination*

Penundaan ini untuk merupakan penyelesaian sebuah tugas yang tujuannya adalah untuk mendapatkan sebuah informasi akurat sebagai kesempurnaan tugas.

b. *Disfunctional Procrastination*

Penundaan dalam mengerjakan sebuah tugas yang memiliki dampak buruk dan bahkan bisa menyebabkan suatu masalah. Biasanya penundaan ini dilakukan untuk bentuk mengindar dari tekanan dan tanggung jawab. Akibat dari penundaan sebuah tugas ini pencapaian tidak terwujud seperti tugas yang seharusnya selesai melainkan tidak selesai. Terdapat 2 jenis *disfunctional procrastination* yakni sebagai berikut :

- 1) *Decisional procrastination* adalah suatu keputusan ketika mengambil keputusan.
- 2) *Avoidance procrastination* adalah penundaan yang terlihat dalam perilakunya.

Dari penjelasan di atas bisa ditarik kesimpulan bahwa terdapat dua jenis prokrastinasi, yaitu prokrastinasi fungsional dan prokrastinasi bebas gangguan. Sebaliknya, penundaan disfungsional memiliki dua jenis, penundaan keputusan dan penundaan penghindaran. Kedua jenis ini berbeda dengan prokrastinasi fungsional, dimana prokrastinasi tersebut untuk mencapai sesuatu secara maksimal. Sedangkan prokrastinasi disfungsional jenis ini bahkan dapat menimbulkan masalah, karena prokrastinasi tersebut dikarenakan suatu kepentingan yang dianggap tidak penting.

4. Aspek-Aspek Prokrastinasi

Menurut Ferrari (Putri & Edwina, 2020) suatu perilaku penundaan yang disebut dengan prokrastinasi akademik ini dapat menyebabkan terjadinya penundaan dalam menyelesaikan suatu tugas akademik. Aspek-aspek dalam prokrastinasi akademik yakni sebagai berikut (Ferrari, dkk 1995) :

a. Penundaan Memulai dan Menyelesaikan Tugas

Penundaan tugas oleh seorang mahasiswa dalam memulai atau menyelesaikan sebuah tugas ini sebenarnya mahasiswa yang melakukannya tersebut mengetahui tugas yang ada dihadapinya harus segera selesai namun mereka memilih menunda menyelesaikannya. Misalnya seorang mahasiswa yang akan mengerjakan tugasnya setelah nongki dengan teman-temannya.

b. Terlambat Mengerjakan Tugas

Keterlambatan mahasiswa dalam mengerjakan tugasnya karena biasanya mereka menghabiskan waktu yang lama bahkan bisa dibilang berlebihan untuk mempersiapkan diri sebelum mengerjakan tugasnya. Seseorang yang telah melakukan prokrastinasi perlu waktu cukup lama dari waktu yang biasanya dibutuhkan untuk mengerjakan sebuah tugas. Seorang prokrastinasi biasanya tidak memperhitungkan waktu yang

dimilikinya dan perilaku ini diterapkan bahkan hingga mengerjakannya di penghujung *deadline*.

c. Kesenjangan Waktu antara Rencana dan Kinerja Aktual

Seseorang yang penunda (prokrastinasi) sering terlambat dalam menyelesaikan *deadline* yang sudah ditetapkan oleh orang lain atau bahkan *deadline* oleh dirinya sendiri. Seorang prokrastinator mungkin telah membuat jadwal atau merencangnya dalam mengerjakan sebuah tugas namun ketika waktu itu tiba seseorang tersebut tidak mengerjakannya lebih cenderung menundanya. Oleh karena itu menyebabkan seseorang terlambat menyelesaikan tugas tentunya dengan tepat waktu.

d. Melakukan Aktivitas Lain

Seseorang yang telah melakukan sebuah prokrastinasi dengan sengaja memakai waktunya untuk aktivitas lain yang menurutnya menyenangkan. Seorang prokrastinator ini memiliki waktu sebenarnya untuk mengerjakan tugas namun seorang prokrastinator memilih untuk mengerjakan tugas lain yang menyenangkan seperti nongkrong, belanja, nonton tv, bermain *handpohone* sehingga waktu-waktu tersebutlah yang menyita dalam menyelesaikan tugasnya.

Uraian di atas dapat disimpulkan dalam bentuk empat aspek yang diteliti dalam penelitian ini berdasarkan teori (Ferrari, dkk 1995) yaitu keterlambatan dalam memulai dan menyelesaikan tugasnya, aspek yang pertama ini contohnya seperti seorang mahasiswa yang mengerjakan tugas ketika selesai nongki dengan temannya. Aspek yang kedua ini terlambat dalam mengerjakan tugas contohnya seperti seorang mahasiswa yang tidak tahu bagaimana memprioritaskan apa yang perlu dikerjakan terlebih dahulu yang lebih penting sehingga tugas tersebut sampai dipenghujung batas pengumpulan. Aspek yang terakhir ini kesenjangan waktu antara rencana

dan kinerja aktual dan juga melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan contohnya pada seorang mahasiswa lebih suka pergi-pergi dengan tujuan menghilangkan rasa bosan sehingga tugasnya diselesaikan pada terakhir pengumpulan.

5. Prokrastinasi Dalam Perspektif Islam

Prokrastinasi didalam agama islam sebaiknya sangatlah dihindari karena kita sebagai umat islam alangkah baiknya mengerjakan kegiatan yang bermanfaat dan menjauhi kegiatan yang dilarang oleh agama. Prokrastinasi didalam agama islam bisa dikatakan sebagai kegiatan dilarang karena menunda-nunda suatu pekerjaan merupakan perbuatan yang tidak baik. Meskipun kegiatan tersebut sekarang ini sangatlah banyak dilakukan terutama pada umat islam yang jelas didalam Al-Qur'an yang menunjukkan dilarangnya prokrastinasi yakni (QS. Al-Insyirah : 7).

(QS. Al-Insyirah : 7) :

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ

Artinya : “Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan lainnya)” (Al-Qur'an & terjemahan Kemenag).

Dari ayat 7 Al Insyirah diatas dapat disimpulkan bahwa manusia akan tetap terus dituntut untuk melakukan hal-hal yang baik meskipun setelah melakukan suatu kebaikan. Maka dari itu prokrastinasi ini dilarang karena menunda sesuatu dalam mengerjakan kebaikan seperti PR atau tugas kuliah yang telah diberikan oleh guru atau dosen. Tidak hanya didalam Al Insyirah saja, berikut ada juga didalam hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas :

اَعْتَنِمُ حَمْسًا قَبْلَ حَمْسٍ: شَبَابِكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ، وَغِنَاءِكَ قَبْلَ فُقْرِكَ، وَفَرَاعِكَ قَبْلَ شُغْلِكَ، وَحَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ

Artinya : “Manfaatkan lima perkara, sebelum datang lima perkara : (1) Masa mudamu sebelum masa tuamu, (2) Sehatmu sebelum sakitmu, (3) Kayamu sebelum miskinmu, (4) Waktu luangmu sebelum sibukmu dan (5) Hidupmu sebelum datang matimu” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Hadits tersebut telah menjelaskan secara detail bahwa kita sebagai umat Islam diperintahkan untuk mengantisipasi sesuatu yang akan terjadi. Maka dalam hadits tersebut terdapat kalimat “waktu luangmu sebelum sibukmu” yang artinya kita harus memanfaatkan waktu luang dengan baik dengan tidak menunda-nunda sesuatu yang bisa dikerjakan sekarang karena hari esok belum tentu kita bisa merasakan waktu luang yang sama. Rasulullah SAW juga pernah bersabda bahwa “dua nikmat yang sering dilupakan oleh manusia yakni kesehatan dan waktu luang”. Waktu luang merupakan suatu hal yang sangat berkaitan dengan prokrastinasi. Meskipun Al-Qur’an dan hadits tidak secara langsung menerangkan tentang manusia yang melalaikan waktu dan akan menghadapi sebuah penyesalan esok oleh manusia.

B. SELF EFFICACY

1. Pengertian *Self Efficacy*

Menurut Bandura *self efficacy* adalah keyakinan seseorang akan kemampuannya dalam mengendalikan diri dan kejadian yang ada disekitar lingkungannya. Kedua, menurut Bandura *self efficacy* ini sebagai penentu atas bagaimana seseorang dapat memotivasi diri, berperilaku dan berfikir (Herawati & Suyahya, 2019). Ketiga, menurut Baron dan Byrne *self efficacy* ini merupakan penilaian bagi seseorang atas kemampuan seseorang dalam melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan dan bahkan menghadapi sebuah tantangan. Terakhir, menurut Bandura dan Woods mengatakan bahwa *self efficacy* ini didasarkan pada keyakinan terhadap kemampuan seseorang

dalam meningkatkan sebuah motivasi dan sebuah kemampuan dalam kognitif.

Dari sekian banyak pendapat para ahli di atas, bisa disimpulkan bahwa *self efficacy* ini suatu keyakinan yang terdapat pada dalam diri seseorang. Keyakinan tersebut mengenai kemampuannya dalam menyelesaikan sesuatu yang ingin dicapainya. Jadi seorang individu ini memiliki keyakinan yang menyebabkan dirinya dapat terkontrol dan memiliki motivasi. Seseorang dengan *self efficacy* atau keyakinan yang baik dapat mengatasi permasalahan yang menghambat suatu tugas yang ingin diselesaikannya.

Teori *self efficacy* ini disebut sebagai teori mengenai kognitif sosial, yang berpacu terhadap sebuah keyakinan (*self efficacy*) bahwa individu mampu menyelesaikan sebuah tugas. Oleh karena itu, semakin tinggi *self efficacy* maka dapat dikatakan semakin besar rasa percaya diri seseorang kepada kemampuannya agar berhasil. Dalam situasi yang rumit sangat terlihat, seseorang dengan *self efficacy* rendah dapat mengurangi upayanya sedangkan seseorang yang dengan *self efficacy* tinggi maka orang tersebut akan berusaha lebih keras untuk melewati tantangan yang sedang dihadapi. *Self efficacy* akademik sendiri ini merupakan keyakinan bahwa seseorang telah mampu mencapai sebuah keberhasilan didalam bidang akademik (Suryani et al., 2020).

Revich dan Shatte mengatakan bahwa *self efficacy* ini dapat memecahkan sebuah masalah yang berupa kemampuan keyakinan atas kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi dan memecahkan sebuah masalah. Ketika seseorang mempunyai *self efficacy* tinggi maka mereka percaya bahwa dirinya sendiri dapat berhasil dan sukses. Seseorang dengan *self efficacy* tinggi juga berkomitmen dalam memecahkan sebuah masalah yang dialaminya dan tidak akan mudah menyerah walaupun usahanya tersebut tidak berhasil (Semarang, 2020).

Dapat ditarik kesimpulan dari banyaknya pandangan mengenai *self efficacy* yang harus dipunyai oleh seorang individu. Tentunya dalam bidang akademik *self efficacy* ini sangatlah penting karena sangat mempengaruhi seseorang dalam pengerjaan tugas. Telah dijelaskan diatas bahwa “Jika seseorang memiliki *self efficacy* tinggi maka seseorang tersebut meyakini dirinya sendiri dapat berhasil dan sukses” maka seorang mahasiswa sangat membutuhkannya. Terutama yang ada didalam penelitian ini mengenai mahasiswa akhir yang sangat membutuhkan *self efficacy* didalam dirinya.

2. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Menurut Bandura (Wohon & Ediati, 2019) *self efficacy* ini memiliki tiga aspek, yaitu sebagai berikut :

a. *Level* (Tingkat)

Tingkat keyakinan seseorang sampai tingkat dimana dirinya mampu menyelesaikan sebuah masalah atau tugas yang sedang difase sulit dan setiap orang berbeda-beda fase kesulitan yang dialaminya sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Kepercayaan diri seseorang sangat tinggi sehingga mereka dapat menyelesaikan suatu masalah atau tugas dalam masa yang sulit, dan setiap orang melewati berbagai tingkat kesulitan tergantung pada kemampuannya. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi maka akan lebih memilih tugas yang menantang berdasarkan kemampuannya. Aspek ini terkait dengan tingkat kesulitan tugas.

b. *Generality* (Keluasan)

Aspek ini bertujuan untuk membuat seseorang lebih fokus tentang keyakinan seseorang dalam menyelesaikan tugas atau masalah yang diberikan. Setiap individu menilai tugas atau masalah sesuai dengan kemampuannya. Aspek ini berkaitan erat dengan pengelolaan seseorang terhadap tugasnya. Jadi bisa disimpulkan bahwa seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi maka akan menguasai bidangnya sehingga tugas apapun segera selesai namun, tetapi jika seseorang memiliki *self efficacy*

rendah mereka akan kurang bisa menguasai bidangnya sehingga tugas apapun lambat untuk selesai.

c. *Strength* (Kekuatan)

Aspek ini lebih condong ke arah kekuatan seseorang hingga tahan dan bahkan membuatnya gigih dalam menyelesaikan tugasnya. Seseorang dapat yakin bahwa dirinya bisa kuat dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya agar semua tugasnya lancar. *Self efficacy* ketika (tidak kuat) maka akan mengalami sebuah kegelisahan ketika menerima sebuah tugas namun sebaliknya jika seseorang keyakinan pada dirinya kuat maka akan lebih berusaha untuk mengatasi rintangan yang dialaminya. Kekuatan ini berpacu pada kemantapan seseorang pada keyakinan yang dimilikinya dan hal inilah yang akan menentukan seseorang itu ulet atau tidak.

Berdasarkan ketiga aspek di atas, sangat berkaitan sekali antara satu aspek dengan aspek yang lain. Pada aspek yang pertama dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa tingkatan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya itu sangat berpengaruh. Aspek yang kedua dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa keyakinan mengenai keluasan dalam bidang yang ditekuni sehingga seseorang yakin bisa menguasainya. Aspek yang ketiga *self efficacy* ini yakni kekuatan, seseorang yang yakin memiliki kekuatan yang tinggi maka apapun rintangannya pasti akan mencoba untuk melewatinya.

3. Proses-Proses *Self Efficacy*

Menurut Bandura proses-proses yang terjadi dan mempengaruhi fungsi dari psikologis manusia yakni sebagai berikut (Zagoto, 2019) :

a. Proses Kognitif

Seorang individu dalam proses kognitif ini dapat menentukan sasaran dan tujuan sehingga bisa menyesuaikan aktivitas apa yang dirasa tepat

untuk mencapai tujuan tersebut. Penetapan sebuah sasaran seorang individu ini bisa dipengaruhi oleh individu tersebut menilai terhadap kemampuannya. Fungsi dari kognitif ini sendiri memungkinkan seseorang memprediksi dampak masa depan berdasarkan kejadian sehari-hari.

b. Proses Motivasi

Motivasi seseorang dapat berasal dari rasa optimis yang dimilikinya untuk mencapai suatu tujuan yang diharapkannya. Seseorang berusaha memotivasi dirinya untuk keyakinan sesuatu yang akan dilaksanakan dan bahkan dapat merencanakan suatu tindakan sehingga terealisasikan. Perbedaan seseorang dengan *self efficacy* melihat suatu kegagalan yang dialaminya itu disebabkan dirinya kurang berusaha sedangkan sebaliknya seseorang dengan *self efficacy* rendah melihat kegagalan tersebut merupakan kurangnya kemampuan yang dimiliki.

c. Proses Afeksi

Sebuah afeksi ini bisa memang secara alami dari dalam seseorang untuk menentukan intensitas pengalaman emosional. Jadi keterikatan ini untuk mengendalikan kecemasan dan perasaan depresif inilah yang bisa dikatakan mencegah suatu pola pikir seseorang untuk mencapai tujuannya. Ketika individu diberikan tugas yang sulit maka kepercayaan diri individu terhadap kemampuannya sangat mempengaruhi tingkatan stresnya atau bahkan bisa depresi yang dialaminya. Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa seseorang yang percaya diri dengan kemampuannya maka dapat mengendalikan semua ancaman yang muncul.

d. Proses Seleksi

Seorang individu ini dapat menyeleksi apapun yang disekitarnya agar bisa mencapai tujuan yang diharapkan. Ketika individu tidak mampu menyelesaikan seleksi yang ada disekitarnya maka bisa membuat bingung, tidak percaya diri dan bahkan mudah menyerah. Seorang

individu jika memiliki *self efficacy* yang membentuk hidupnya maka individu itu dapat melakukan seleksi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Berdasarkan empat proses diatas dapat ditarik sebuah kesimpulan dimana terdapat empat proses yakni pertama proses kognitif, proses yang dipengaruhi oleh pikiran seseorang terhadap keyakinan akan kemampuannya. Kedua proses motivasi, proses ini sangat penting karena dapat memotivasi dirinya sendiri dalam mewujudkan sesuatu yang diinginkan. Ketiga proses afeksi, proses ini sangat penting dalam mengontrol segala sesuatu yang terjadi pada seorang inividu agar tidak berpengaruh terhadap keyakinannya. Keempat proses seleksi, proses ini sangat penting untuk individu tersebut menyelesaikan sesuatu. Dari keempat proses tersebut semuanya sangatlah penting didalam sebuah proses *self efficacy* yang terjadi sehingga dapat mempengaruhi fungsi dari psikologis seseorang.

4. *Self Efficacy* Dalam Perspektif Islam

Self efficacy dalam agama islam ini sangat berkaitan dengan kalimat “Allah SWT tidak akan menguji hambanya diluar batas kemampuannya” dari kalimat ini dapat diambil makna bahwa seorang hamba harus yakin akan kemampuan yang dimilikinya terutama mahasiswa aktif yang sedang mengerjakan skripsi. Mereka harus yakin bisa menyelesaikan skripsinya karena Allah SWT tidak akan pernah membebani siapapun diluar batas kemampuannya. Menurut (QS.Al-Baqarah : 286).

(QS.Al-Baqarah : 286) yang berbunyi :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا^١ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ^٢ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا^٣
 رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا^٤ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ^٥
 وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا^٦ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ^٧ ٢٨٦

Artinya : “Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang

dusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. Mereka berdoa “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Ayat diatas dapat disimpulkan bahwa yang perlu dipegang yakni Allah SWT tidak akan membebani seseorang diluar kemampuannya, artinya seorang individu harus yakin bahwa dirinya dapat melewati apapun yang menghalanginya. Tidak hanya dalam surat diatas, namun juga terdapat dalam (QS. Az-Zumar : 53) yang berbunyi :

قُلْ لِيَعْبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ
الْعَفُورُ الرَّحِيمُ ٥٣

Artinya : “Katakanlah (Nabi Muhammad), “Wahai hamba-hamba-ku yang melampaui batas (dengan menzalimi) dirinya sendiri, janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa semuanya. Sesungguhnya Dialah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Dapat disimpulkan dari ayat diatas bahwa Allah SWT memberikan pesan bahwa jangan pernah berputus asa dan menzalimi dirinya sendiri yang menandakan bahwa didalam dirinya harus memiliki keyakinan yang disebut *self efficacy* terhadap segala sesuatu yang dimilikinya. Ayat diatas juga menerangkan bahwa Allah SWT tidak akan pernah memberikan ujian diluar kemampuan yang telah dimiliki hambanya. Ayat diatas juga melarang untuk menjelaskan bahwa Allah SWT Maha Pengampun dan Maha Penyayang maka kita sebagai hambanya juga harus meyakini tersebut.

C. DUKUNGAN SOSIAL

1. Pengertian Dukungan Sosial

Menurut House (1989) dukungan sosial ini merupakan sebuah dukungan ketika individu menghadapi sebuah tekanan yang dapat meredakannya. (Putri Utami & Duriana Wijaya, 2018). Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial ini sangat mengacu pada perasaan nyaman, suatu penghargaan, adanya perhatian dan bantuan yang diketahui dan diterima seseorang dari orang lain. Dukungan sosial ini merupakan ekspresi yang telah digunakan sebagai penjelesan terkait hubungan sosial berupa peningkatan manfaat bagi kesehatan mental dan fisik seseorang. Namun menurut Cobb (1976) dukungan sosial dapat dimaknai dengan arti kenyamanan, perhatian, pengakuan dan bahkan bantuan yang telah dirasakan seseorang dari orang lain (Maslihah, 2018).

Menurut Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial untuk suatu pertolongan yang telah diperoleh dari interaksinya dengan orang lain. Sarafino (1994) menyatakan mengenai dukungan sosial yang menggambarkan suatu kenyamanan, sebuah perhatian, adanya penghargaan bahkan bantuan yang dirasakan seseorang dari orang lain. Weis (2015) juga menjelaskan dukungan sosial ini sebagai dukungan yang diberikan oleh orang-orang yang memahami semua keluhan tentang masalah yang telah dihadapi (Maurizka & Maryatmi, 2019).

Pandangan beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa manusia itu tidak bisa hidup sendiri, sangat butuh orang lain karena manusia adalah makhluk sosial yang tentunya tidak pernah lepas dari lingkungan sosialnya. Suatu lingkungan sosial yang membutuhkan dorongan baik dalam bentuk moral dan maupun materi untuk memberikan sesuatu untuk memecahkan masalah. Dukungan sosial ini sendiri merupakan suatu interaksi sosial atau hubungan sosial yang menghasilkan saling menguntungkan di dalamnya.

Manusia juga merupakan makhluk sosial yang sangat wajar jika butuh hubungan dengan orang lain. Tidak akan pernah ada manusia yang mampu hidup sendiri. Ketika seseorang melakukan hubungan dengan orang lain maka dari situlah seseorang tersebut bisa menemukan yang namanya dukungan sosial. Dukungan sosial sangat membawa pengaruh positif terhadap seseorang seperti menangani stres, meningkatkan harga diri dan bahkan membuat mental sejahtera. Ketika seseorang mendapatkan dukungan sosial mereka merasa telah disayangi, dicintai dan diperhatikan oleh orang-orang disekitarnya. Dukungan sosial ini biasanya diperoleh dari orang-orang terdekat seperti keluarga dan teman. (Muthmainah, 2022)

2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Aspek-aspek dukungan sosial menurut House (1989) ada empat aspek yakni sebagai berikut (Putri Utami & Duriana Wijaya, 2018) :

a. Dukungan Emosional

Bentuk dukungan emosional ini yakni berupa bantuan yang dimana telah memberikan suatu dorongan agar merasakan kehangatan didalamnya dan kasih sayang, memberikan suatu perhatian dan juga merupakan sebuah pengungkapan rasa simpati. Dukungan emosional ini tidak langsung memecahkan suatu masalah namun membantu dalam mengendalikan masalahnya. Misalnya membuat seseorang nyaman ketika bersama dengan kita.

b. Dukungan Instrumental

Bentuk dari dukungan ini biasanya berupa dukungan langsung baik secara fisik atau tenaga seperti mengenai biaya atau menolong dengan tindakan langsung untuk menyelesaikan tugas-tugas dari individu tersebut. Misalnya membantu meminjamkan uang ketika seseorang terdekat kita membutuhkannya.

c. Dukungan Informasi

Dukungan ini biasanya datang dalam bentuk informasi, umpan balik dan juga saran tentang apa yang harus dilakukan orang lain untuk menyelesaikan masalah. Misalnya, seseorang menasihati teman yang sedang bermasalah.

d. Dukungan Penilaian

Bentuk dukungan ini membuat individu telah merasa menjadi suatu bagian dari sebuah kelompok dengan minat dan aktivitas sosial yang sama. Dukungan ini bisa diartikan sebagai evaluasi atau pertimbangan positif bagi orang lain. Misalnya, ketika seorang teman atau kerabat yang menerima suatu prestasi memuji mereka atas prestasi tersebut.

3. Komponen Dukungan Sosial

Komponen menurut Weiss, komponen dukungan sosial ini terdiri atas 6 bagian, yaitu bimbingan, pergaulan yang dapat diandalkan, keterikatan, jaminan keharusan, integrasi sosial dan kesempatan untuk peduli. Komponen tersebut terbagi menjadi dua bentuk, yaitu dukungan instrumental dan dukungan emosional. Berikut penjelasan komponen-komponen tersebut (Nugroho, 2019) :

a. *Instrumental Support*

1) *Reliable Alliance* (Ketergantungan Yang Diandalkan)

Individu memiliki informasi yang nyata, sehingga mereka dapat mengandalkannya saat dibutuhkan. Orang yang telah menerima bantuan ini merasa senang karena mereka memiliki orang lain yang dapat mereka andalkan untuk membantu mereka ketika mengalami masalah atau kesulitan. Nyatanya, orang ini benar-benar merasakan jaminan dalam hidupnya bahwa harus selalu ada yang membantunya, sehingga disebut kecanduan.

2) *Guidance* (Bimbingan)

Dukungan sosial inilah yang biasanya berupa informasi dan nasihat yang dapat dipercaya. Dukungan ini dapat berupa komentar tentang sesuatu yang telah dilakukan seseorang (Safarino, 1997). Panduan ini telah diterapkan untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Biasanya dukungan itu datang dari orang tua, guru bahkan masyarakat dan lain sebagainya.

b. *Emotional Support*

1) *Reassurance Of Worth* (Pengakuan Positif)

Dukungan inilah yang berfungsi untuk mengenali bakat dan kualitas (Cutrona, et al., 1994). Dukungan ini bisa membuat seseorang merasa dihargai dan diterima.

2) *Attachment* (Kedekatan Emosional)

Dukungan sosial inilah yang berupa berupa ungkapan cinta dan kasih sayang (Cutrona, et al., 1994) untuk membantu individu merasakan rasa aman, biasanya diekspresikan sebagai rasa tenang dan bahagia.

3) *Social Integration* (Integrasi Sosial)

Dukungan ini biasanya berupa kepentingan dan perhatian bersama untuk memberikan rasa memiliki terhadap kelompok (Cutrona, et al., 1994). Dukungan inilah yang dapat membuat individu merasakan nyaman dan menjadi bagian dari kelompok dengan minat yang sama.

4) *Oppotunity To Provide Nurturance* (Kesempatan Untuk Mengasuh)

Dukungan inilah yang biasanya datang dari perasaan bahwa orang lain itu membutuhkan orang tersebut. Dukungan ini dapat berarti bahwa individu tersebut menerima perasaan orang lain yang kesejahteraannya bergantung padanya.

4. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam

Dukungan sosial dalam agama islam sendiri ini dikenal dengan nama ta'awun yang artinya tolong-menolong. Menurut pandangan islam sangat dianjurkan juga untuk berinteraksi sosial dengan sesama makhluk. Dalam Al-Qur'an telah dijelaskan pada (QS. Al-Maidah : 2) :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْلُوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشُّهُرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا أُمِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ
يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ
الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا
اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ٢

Artinya : “Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syiar-syiar (kesucian) Allah jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qalā'id hewan-hewan kurban yang diberi tanda dan jangan pula mengganggu para pengunjung Baitul haram sedangkan mereka mencari karunia dan rida Tuhannya ! Apabila kamu telah bertahalul menyelesaikan ihram,)berburulah(jika mau. Janganlah sekali-kali kebencian-mu)kepada suatu kaum, karena mereka menghalang-halangi-mu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas(kepada mereka.)Tolong-menolonglah kamu dalam(mengerjakan kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertaqwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-nya“ (Al-Qur'an & terjemahan Kemenag).

Dari ayat diatas telah disimpulkan bahwa kita selaku umat muslim dituntut untuk selalu saling tolong-menolong dalam sebuah kebaikan. Tolong-menolong tersebut dilakukan sebagai interaksi sosial yang sangatlah baik, dan sebagai umat muslim yang baik kita sangat tidak diperbolehkan melakukan tolong-menolong berbuat sebuah dosa. Dukungan sosial ini didalam islam sangat diajarkan contohnya untuk mengajarkan kasih sayang kepada sesama manusia untuk berbuat kebaikan.

Selain itu didalam agama islam juga mengajarkan untuk saling mendukung antara sesama makhluk. Islam merupakan agama yang jelas mempunyai unsur syari'ah, akidah, muamalah dan juga akhlak.

Didalam agama islam juga dijelaskan mengenai pentingnya dukungan sosial tersebut yakni tercantum pada (Q.S Al-Balad : 17) :

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ ۗ ۱۷

Artinya : “Kemudian, dia juga termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar serta saling berpesan untuk berkasih sayang” (Al-Qur'an & terjemahan Kemenag).

Dari ayat diatas terbukti bahwa didalam agama islam, Allah SWT telah memerintahkan agar terus saling tolong-menolong dan memberikan kasih sayang sesama manusia. Dukungan sosial ini didalamnya terdapat perintah-perintah tersebut yang dorongan-dorongannya berisi kasih sayang, perhatian atau penghargaan kepada individu lain. Sebagai umat muslim yang patuh terhadap perintah Allah SWT kita harus memberikan kasih sayang terhadap sesama dan saling menyampaikan pesan supaya selalu bersabar dalam menjalani kehidupan didunia ini. Jika kita merupakan salah satu orang yang beriman maka kita akan mengamalkan seluruh ayat-ayat diatas.

D. KERANGKA KONSEPTUAL

Prokrastinasi ini sebuah kecenderungan dalam menunda untuk memulai atau menyelesaikan sesuatu namun melainkan melakukan aktivitas yang lain bisa dikatakan sangat tidak bermanfaat sehingga menyebabkan kinerja seseorang menjadi terhambat seperti tidak menyelesaikan tugas sesuai *deadline*, dan bahkan sering terlambat (Yuanita dalam aini dan Iranita, 2011). Ada 2 faktor yang menyebabkan prokrastinasi, yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor dalam diri individu, seperti *self-efficacy*, *self-control*,

motivasi dan *locus of control*. Faktor eksternalnya ini dari luar tubuh, seperti dukungan orang tua, dukungan teman sebaya, lembur dan kondisi lingkungan (Satriantono & Wibowo, 2022). Penelitian ini menunjukkan apakah *self-efficacy* (faktor internal) dan dukungan sosial (faktor eksternal) berpengaruh terhadap prokrastinasi.

1. Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Prokrastinasi

Self efficacy ini salah satu faktor internal dari prokrastinasi. Semakin tinggi *self efficacy* (keyakinan) pada seseorang maka prokrastinasi yang dialaminya semakin rendah. Bandura (1977) merupakan keyakinan untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan. *Self efficacy* ini pertama kali telah dibawa oleh Albert Bandura (Rizkiawati & Asandimitra, 2018). *Self efficacy* ini bisa mempengaruhi suatu tindakan mahasiswa ketika mengalami kendala dalam menyelesaikan tugasnya sehingga mahasiswa atau seseorang yang memiliki *self efficacy* tinggi maka bisa lebih untuk tidak melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugasnya namun sebaliknya jika mahasiswa atau seseorang telah memiliki *self efficacy* rendah bisa akan lebih cenderung melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugasnya (Iskandar et al., 2020).

Menurut Bandura (1997) keyakinan seseorang itu bisa mempengaruhi seseorang dalam berpikir, ketika memotivasi diri sendiri dan bahkan berperilaku. Seseorang yang telah memiliki *self efficacy* tinggi maka biasanya memiliki kemampuan dalam mengatasi tugas-tugasnya yang sulit sehingga bisa melewati tantangan yang dihadapi namun bukan malah menghindari ancaman yang ada (Sari & Khoirunnisa, 2022). Pada penelitian yang dilakukan oleh M. Rizky Mubarak tahun 2020 yang berjudul “Pengaruh efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penghafal Al-Qur’an Pondok Pesantren Bani Yusuf Malang” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang menunjukkan bahwa

efikasi memiliki hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik didapati nilai koefisien korelasi 0,715 dan nilai yang signifikan yakni 0,000.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Puput Wahyuningsih, Rahmawati dan Alfiandy Waruh Handoyo tahun 2021 yang berjudul “Hubungan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa” telah menunjukkan bahwa 26,4% *self efficacy* ini mempengaruhi prokrastinasi akademik dan 73,6% ini dipengaruhi oleh faktor lain (Wahyuningsih & Handoyo, 2021). Dari situ dapat dilihat bahwasannya masih ada faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik selain *self efficacy*. Dapat disimpulkan juga bahwa *self efficacy* mempunyai hubungan negatif terhadap prokrastinasi akademik.

2. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi

Dukungan sosial ini merupakan sebuah dukungan yang datang kepada individu dari luar (orang lain), biasanya berupa kasih sayang, penghargaan dan lain-lain. Dukungan sosial ini sangat penting saat seseorang menghadapi masalah, seperti saat mengerjakan skripsi. Menurut Rodin dan Salovey (dalam Smet, 1994), dukungan sosial paling utama berasal dari *family* (keluarga) (Wistarini & Marheni, 2019). Orang tua merupakan sumber dukungan sosial pertama bagi anaknya karena dukungan keluarga merupakan dukungan yang terdekat. Dukungan sosial dari orang tua inilah yang memainkan peran penting dalam penyesuaian psikologis selama periode transisi anak, khususnya di perguruan tinggi (Mounts, Valentiner, Anderson, & Boswell, 2005). Orang tua biasanya mendorong anaknya untuk mencoba beraktivitas baru dan mendukung usaha mereka untuk mengembangkan emosi dalam menghadapi tantangan (Bandura, Schunk, & Pajares, 2001).

Tidak hanya itu, terlepas dari kenyataan bahwa dukungan teman sebaya bagi siswa merupakan bagian penting dari kehidupan mereka dalam bentuk dukungan sosial yang datang dari teman sebayanya. Menurut Santrock

(1998), hal ini sangat dipengaruhi tahapan perkembangannya. Biasanya pada masa remaja akhir atau bisa disebut dewasa awal mereka dipersiapkan untuk menjalin hubungan sosial dengan lingkungannya, seperti dengan teman sebaya, baik sesama jenis ataupun lawan jenisnya (Gunarsa & Gunarsa 2008). Faktor dukungan sosial sangat penting bagi seorang mahasiswa akademik, terutama dalam penulisan skripsi. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji apakah dukungan sosial berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik (prokrastinasi) khususnya pada mahasiswa yang tengah menulis skripsi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh M Tri Indarto Sholihin tahun 2019 berjudul “Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013-2014 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” menunjukkan bahwa hasilnya adalah dukungan sosial tersebut berpengaruh terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi sebesar -0,531 dengan nilai signifikansi (P) $0,000 > 0,05$ dan didapatkan R square 28,2%.

3. Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi

Self efficacy dan dukungan sosial ini merupakan salah satu dari sekian banyak faktor internal dan faktor eksternal prokrastinasi. *Self efficacy* ini sendiri merupakan sebuah keyakinan yang ada dalam diri seseorang dan tentunya setiap individu berbeda-beda. Sedangkan dukungan sosial sendiri datang dari lingkungan sekitar seseorang dan tentunya setiap individu memiliki lingkungan yang berbeda-beda. Prokrastinasi sendiri sebuah penundaan yang sangat sering dilakukan oleh mahasiswa untuk mengerjakan tugas kuliah demi melakukan aktivitas yang lain seperti nongkrong, *game*, *scroll tik tok* dan lain sebagainya.

Self efficacy dan dukungan sosial sangat berkaitan sekali dengan yang namanya prokrastinasi karena keduanya ada pada dalam diri seseorang dan luar diri seseorang. Seseorang yang memiliki *self efficacy* baik maka akan melibatkannya diseluruh kegiatan dan bahkan mendorong seseorang untuk

mengembangkan kompetensi. Sebaliknya jika seseorang memiliki *self efficacy* yang rendah akan menyebabkan memperlambat perkembangan potensi individu dan bahkan melindungi seseorang dari persepsi diri negatif yang membangun seperti salah satunya yakni prokrastinasi (Herawati & Suyahya, 2019). Sedangkan dari dukungan sosial ini sendiri ini dari lingkungan sekitar biasanya seseorang yang memiliki lingkungan yang baik maka akan jarang sekali melakukan sesuatu yang negatif seperti prokrastinasi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Fadhilah Bachmid pada tahun 2019 yang berjudul “Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Maluku di Malang” yang menunjukkan hasil terdapat hubungan negative yang signifikan antara efikasi diri (*self efficacy*) dan dukungan sosial dengan prokrastinasi. Artinya *self efficacy* dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan prokrastinasi dan didalam penelitian ini maka akan digali adakah pengaruh antara *self efficacy* dan dukungan sosial secara simultan terhadap prokrastinasi.

E. HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis ini merupakan sebuah dugaan sementara dalam menyelesaikan suatu rumusan masalah yang ada didalam sebuah penelitian, hipotesis didalam penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Hipotesis Mayor

H_a : Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Hal ini berarti *self efficacy* dan dukungan sosial berpengaruh terhadap prokrastinasi.

2. Hipotesis Minor

H_{a1} : Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya, semakin tinggi *self efficacy* maka prokrastinasi akademik semakin rendah, begitupun sebaliknya semakin tinggi prokrastinasi akademik maka semakin rendah *self efficacy*.

H_{a2} : Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya, jika semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah prokrastinasi akademik, begitupun sebaliknya semakin tinggi prokrastinasi akademik maka akan semakin rendah dukungan sosial.

3. Hipotesis Nihil

H_{01} : Tidak adanya pengaruh yang signifikan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi artinya bahwa tingginya prokrastinasi akademik tidak disebabkan oleh dukungan sosial.

H_{02} : Tidak adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi artinya bahwa tingginya prokrastinasi akademik tidak disebabkan oleh dukungan sosial.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. JENIS DAN DESAIN PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan sebuah metode penelitian yang dimana memiliki landasan pada filsafat positivisme. Landasan tersebut digunakan untuk meneliti populasi dan sampel tertentu. Metode kuantitatif dapat juga disebut sebagai metode tradisional karena sudah lama digunakan. Metode kuantitatif ini sendiri pengumpulan datanya menggunakan instrumen dan analisis datanya biasanya berupa statistik karena digunakan untuk menguji sebuah hipotesis yang dibuat oleh peneliti (Purnia et al., 2020).

Analisis yang digunakan oleh peneliti yaitu analisis regresi berganda. Analisis tersebut merupakan sebuah analisis yang didalamnya terdapat variabel bebasnya lebih dari satu seperti yang ada pada penelitian ini. Tujuan dari analisis teknik tersebut supaya dapat mengetahui ada atau tidaknya pengaruh signifikan terhadap dua variabel maupun lebih dari itu (Rivandi et al., 2019). Penelitian ini menggunakan teknik penyebaran kuesioner. Dalam penelitian ini akan melihat adakah pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2018 yang tengah mengerjakan skripsi.

B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Variabel sendiri merupakan sebuah atribut atau disebut juga sifat dan nilai dari obyek, orang atau bahkan kegiatan yang memiliki variasi tertentu. Hal ini tentunya ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Variabel pada penelitian ini menggunakan 3 variabel yakni sebagai berikut :

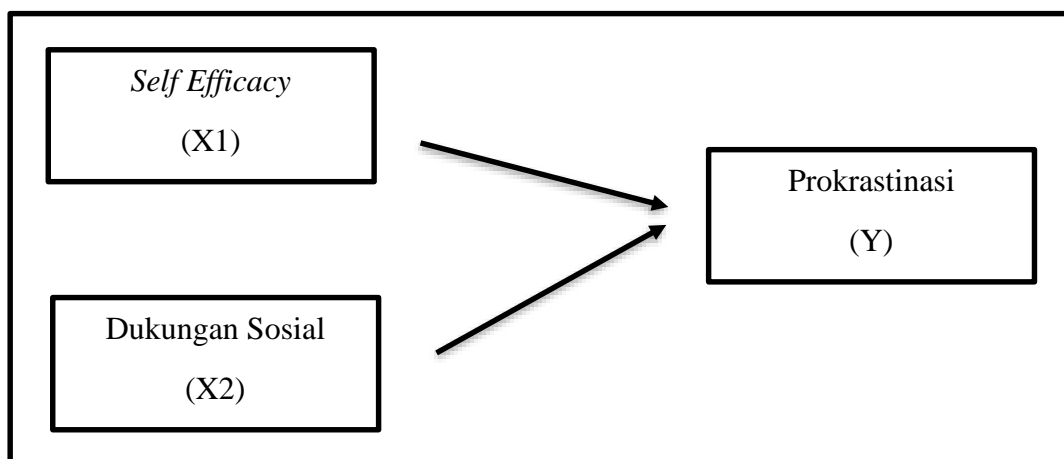
1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas yang merupakan sebuah variabel dimana variabel itulah yang mempengaruhi dan menjadi sebab perubahan variabel terikat (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini juga menggunakan variabel bebasnya adalah *self efficacy* dan dukungan sosial.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat sendiri merupakan variabel dimana ini yang dipengaruhi atau variabel yang telah menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Kerangka pada penelitian ini menggunakan dua variabel bebas dan satu variabel terikat yang dibentuk sebagai berikut :

Gambar 3.1 Kerangka Berpikir Korelasional



C. DEFINISI OPERASIONAL

Definisi operasional pada penelitian ini adalah :

1. *Self Efficacy*

Self efficacy menurut Bandura (1977) merupakan sebuah keyakinan individu yang terkait kemampuannya dalam melakukan sebuah tindakan guna mencapai sebuah tujuan yang diinginkan. Aspek-aspek yang akan

digunakan dalam penelitian ini menggunakan teori dari Bandura yang terdiri dari 3 aspek *level* (tingkat), *generality* (keluasan) dan *strength* (kekuatan).

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial menurut House (1989) dukungan sosial adalah sebuah penekanan kepada hubungan sosial dan kehadiran *significant other* tersebut untuk *mensupport* seorang individu ketika menghadapi sebuah tekanan agar bisa meredakan dampak dari sebuah tekanan yang dihadapinya. Aspek-aspek yang telah digunakan didalam penelitian ini yakni menggunakan teori dari House (1989) yang ada 4 aspek yakni dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian.

3. Prokrastinasi

Prokrastinasi menurut Ferrari (Nur Ghufron, 2014) mengatakan bahwasannya prokrastinasi (penundaan) akademik ini mengakibatkan efek negatif atas dilakukannya penundaan dan banyak nya waktu yang telah terbuang dengan sia-sia. Aspek-aspek digunakan didalam penelitian ini menggunakan teori dari (Ferrari, dkk 1995) melalui 4 aspek yakni penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, terlambat dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

D. POPULASI DAN SAMPEL

Populasi sendiri merupakan sebuah generalisasi yang terdiri dari subyek atau obyek yang telah memiliki kualitas dan karakteristik tertentu sehingga ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini seluruh mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

yang masih mengerjakan proses pengerjaan skripsi atau bisa dikatakan belum lulus sejumlah 492 mahasiswa dari Badan Akademik Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi.

Sedangkan sampel merupakan bagian atas jumlah dan karakteristik yang telah dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2017). Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni menggunakan metode *nonprobability sampling*. *Nonprobability sampling* merupakan sebuah teknik dimana pengambilan sampel disini tidak memberikan peluang atau kesempatan bagi setiap unsur anggota populasi yang dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2017). Teknik sampel yang digunakan yakni *purposive sampling*, yang merupakan teknik penentuan sampel dengan menggunakan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Syarat subjek pada penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Responden merupakan mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang mengerjakan skripsi.

Menurut Kerlinger dan Lee (2000) sebanyak 30 sampel sebagai jumlah minimal sampel dalam penelitian kuantitatif. Sedangkan menurut Arikunto (2008) yang mengatakan bahwa jika subyeknya kurang dari 100 orang maka lebih baik diambil semua, namun jika subyeknya lebih dari 100 maka bisa diambil 10-15% atau 20-25%. Sampel dalam penelitian ini akan mengambil 15% dari 492 mahasiswa yakni berjumlah 74 mahasiswa.

E. METODE PENGUMPULAN DATA

Dalam penelitian ini metode pengumpulannya menggunakan metode yakni sebagai berikut :

1. Wawancara

Wawancara ini merupakan sebuah teknik pengumpulan data ketika melakukan studi pendahuluan yang bertujuan menemukan permasalahan yang akan diteliti dan juga dibutuhkan ketika ingin mengetahui hal-hal yang mendalam dari responden (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini yang digunakan yakni sebuah wawancara tidak terstruktur.

2. Kuesioner

Pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini juga ada kuisisioner. Kuisisioner tersebut adalah salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberi beberapa pertanyaan atau bisa juga berupa pernyataan tertulis yang diajukan kepada responden (Sugiyono, 2017). Responden tersebut akan menjawab kuisisioner yang telah diberikan oleh peneliti. Skala yang digunakan dalam kuisisioner tersebut adalah skala likert untuk memberikan ungkapan pro atau kontra, positif atau negatif, setuju atau tidak setuju terhadap suatu objek sosial (Azwar, 2015). Dalam penelitian ini berupa pilihan ganda dengan alternatif 4 jawaban yang berisi *favourable* dan *unfavorable*.

Tabel 3.2 Skor skala likert

Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

a. Skala *Self Efficacy*

Skala yang disusun dalam penelitian ini berdasarkan aspek-aspek *self efficacy* ada tiga yakni *level*, *generality* dan *strenght*. Skala *self efficacy* yang ada didalam penelitian ini menggunakan modifikasi dari penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurvika pada tahun 2022 yakni sebagai berikut :

Tabel 3.3 *Blue Print Self Efficacy*

Aspek	Indikator	Item		Σ
		F	UF	
<i>Level</i> (tingkat)	a. Keyakinan dalam menghadapi sebuah tugas	1, 2	3, 4	4
	b. Keyakinan dalam menyelesaikan tugas yang sulit	5, 8	6, 7	4
<i>Generality</i> (keluasan)	a. Yakin bisa beradaptasi dalam segala situasi	9, 12	10, 11	4
	b. Memiliki keyakinan diri dalam menghadapi berbagai aktivitas	13, 14	15	3
<i>Strenght</i> (kekuatan)	a. Yakin dalam menghadapi berbagai persoalan	16, 18	17, 19	4
	b. Kekuatan keyakinan dalam mencoba suatu tindakan	20, 22, 23, 24	21, 25	6
Jumlah		14	11	25

b. Skala Dukungan Sosial

Skala yang disusun di penelitian ini berdasarkan aspek dukungan sosial yakni dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penilaian. Skala dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan modifikasi dari penelitian yang dilakukan oleh Octaviana Rochmayanti pada tahun 2018 yakni sebagai berikut :

Tabel 3.4 *Blue Print* Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Item		Σ
		F	UF	
Dukungan emosional	a. Mendapatkan rasa empati, perhatian dan kepercayaan orang lain	1, 2	3	3
	b. Terbuka pada orang lain dalam menghadapi sebuah masalah	4, 5	6, 7	4
Dukungan instrumental	a. Mendapatkan peluang waktu dan kesempatan	9, 10	8, 11	4
Dukungan informasi	a. Mendapatkan nasehat, arahan, pertimbangan mengenai bagaimana seseorang harus berbuat untuk mencapai pemecahan masalah.	12, 13, 15	14	4
Dukungan penilaian	a. Mendapatkan penghargaan dan umpan balik mengenai usaha yang telah dilakukan.	16, 17, 18	19	4
Jumlah		12	7	19

c. Skala Prokrastinasi

Skala yang disusun dalam penelitian ini berdasarkan aspek dari prokrastinasi yakni penundaan dalam menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain. Skala prokrastinasi dalam penelitian ini menggunakan modifikasi dari penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurvika pada tahun 2022 yakni sebagai berikut :

Tabel 3.5 Blue Print Prokrastinasi

Aspek	Indikator	Item		Σ
		F	UF	
Penundaan dalam menyelesaikan tugas	a. Menunda memulai pekerjaan agar tepat waktu	2, 3	1	3
	b. Menunda menyelesaikan sebuah tugas akademik	5	4, 6	3
Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	a. Membutuhkan jangka waktu yang panjang untuk menyelesaikan sebuah tugas	7, 9, 10, 11, 12	8, 13	7
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	a. Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas	14, 15	16, 17	4
	b. Ketidaksesuaian antara niat dengan rencana dalam menyelesaikan tugas	18, 21, 22	19, 20	5
Melakukan aktivitas lain	a. Memilih kegiatan yang lebih menyenangkan	24, 25, 27	23, 26	5
Jumlah		16	11	27

F. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

1. Validitas

Dalam penelitian kuantitatif ini kriteria utamanya yakni valid, reliabel dan objektif. Validitas merupakan sebuah ukuran dimana disitu menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid akan dapat dilihat dari tingkat validitasnya yang tinggi. Data valid sendiri merupakan sebuah data yang tidak berbeda antara data yang dilaporkan peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi. Apabila seorang peneliti membuat sebuah laporan akhir yang tidak sesuai dengan apa yang terjadi dilapangan maka data tersebut dapat dikatakan tidak valid. Validitas dalam penelitian ini menggunakan program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) versi 22 dengan teknik *product moment*. Korelasi *product moment* pearson (r hitung) pada level signifikan yakni 0,05 dari kritisnya, jadi instrument tersebut dapat dikatakan valid jika korelasinya lebih besar dari 0,3. Hasil dari uji validitas dalam penelitian ini yakni dibawah ini :

Tabel 3.6 Validitas Skala *Self Efficacy*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		Item Valid	Item Gugur	
<i>Level</i> (tingkat)	a. Keyakinan dalam menghadapi sebuah tugas	1, 2, 3, 4		4
	b. Keyakinan dalam menyelesaikan tugas yang sulit	5, 6, 7, 8		4
<i>Generality</i> (keluasan)	a. Yakin bisa beradaptasi dalam segala situasi	9, 10, 11, 12		4

	b. Memiliki keyakinan diri dalam menghadapi berbagai aktivitas	13, 14, 15		3
<i>Strenght</i> (kekuatan)	a. Yakin dalam menghadapi berbagai persoalan	16, 17, 18, 19		4
	b. Kekuatan keyakinan dalam mencoba suatu tindakan	20, 21, 22, 23, 24, 25		6
Jumlah		25	0	25

Berdasarkan uji validitas diatas pada item *self efficacy* dengan jumlah 25 item yang telah diujikan kepada 76 mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan UIN Malang dan item dikatakan tidak valid 0, hasil secara rinci akan dilampirkan dan hasil uji validitas sebelum pra penelitian.

Tabel 3.7 Validitas Skala Dukungan Sosial

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		Item Valid	Item Gugur	
Dukungan emosional	a. Mendapatkan rasa empati, perhatian dan kepercayaan orang lain	1, 2, 3		3
	b. Terbuka pada orang lain dalam menghadapi sebuah masalah	4, 5, 6, 7		4
Dukungan instrumental	a. Mendapatkan peluang waktu dan kesempatan	8, 9, 10, 11		4

Dukungan informasi	a. Mendapatkan nasehat, arahan, pertimbangan mengenai bagaimana seseorang harus berbuat untuk mencapai pemecahan masalah.	12, 13, 14, 15		4
Dukungan penilaian	a. Mendapatkan penghargaan dan umpan balik mengenai usaha yang telah dilakukan.	16, 17, 18, 19		4
Jumlah		19	0	19

Berdasarkan uji validitas pada item ini dengan jumlah 19 item yang telah diujikan kepada 76 mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Malang dan item dikatakan tidak valid 0, hasil secara rinci akan dilampirkan.

Tabel 3.8 Validitas Skala Prokrastinasi

Aspek	Indikator	Item		Jumlah Item
		Item Valid	Item Gugur	
Penundaan dalam menyelesaikan tugas	a. Menunda memulai pekerjaan agar tepat waktu	1, 2, 3		3
	b. Menunda menyelesaikan sebuah tugas akademik	4, 5, 6		3
Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	a. Membutuhkan jangka waktu yang panjang untuk menyelesaikan sebuah tugas	7, 8, 9, 10, 11, 12, 13		7
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual	a. Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas	14, 15, 16, 17		4

	b.Ketidaksesuaian antara niat dengan rencana dalam menyelesaikan tugas	18, 19, 20, 21, 22		5
Melakukan aktivitas lain	a. Memilih kegiatan yang lebih menyenangkan	23, 24, 25, 26, 27		5
Jumlah		27	0	27

Berdasarkan uji validitas pada item diatas dengan jumlah 27 item yang telah diujikan kepada 76 mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Malang dan item dikatakan tidak valid 0, hasil secara rinci akan dilampirkan.

2. Reliabilitas

Reliabilitas disini akan menunjukkan bahwa suatu instrument itu dapat dipercaya ketika digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument nya sudah baik. Uji reliabilitas ini digunakan untuk menguji skor antar item dengan tingkat signifikansi 0,5 jadi apabila korelasinya lebih besar dari nilai kritis maka item tersebut bisa dikatakan reliabel. Azwar (2012) menjelaskan bahwa koefisien dari reliabilitas memiliki rentang 0,0 sampai 1,0 jika reliabilitasnya mencapai 1,0 maka dapat dikatakan berhasil dalam pengukuran. Instrumen yang digunakan didalam sebuah variabel bisa dikatakan riabile apabila memiliki koefisien alpha lebih dari 0,60. Uji reliabilitas pada penelitian ini yakni menggunakan IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) versi 22 *for windows* dengan teknik *Alpha Cronbach*. Berikut merupakan hasil uji reliabilitas dari skala *self efficacy*, dukungan sosial dan prokrastinasi :

Tabel 3.9 Reliabilitas *Self Efficacy*

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	25

Tabel 3.10 Reliabilitas Dukungan Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.895	19

Tabel 3.11 Reliabilitas Prokrastinasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.877	27

Hasil uji validitas diatas terlihat jelas bahwa ketiga skala diatas dinyatakan reliabel karena nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,6 dengan rincian yakni dukungan sosial 0,895, *self efficacy* 0,911 dan prokrastinasi 0,877. Maka bisa dikatakan bahwa masing-masing item reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur sebuah penelitian.

G. TEKNIK ANALISIS DATA

Pada penelitian, peneliti perlu melakukan analisis data dengan tujuan untuk mengelompokkan data sesuai dengan variabel dan juga jenis respondennya, data setiap variabel yang diteliti akan disajikan, melakukan perhitungan untuk menemukan jawaban dari rumusan masalah yang telah ada, dan untuk pengujian hipotesis yang telah diajukan. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan untuk memberikan bukti terhadap data yang diuji tersebut memiliki sifat normal atau tidak. Selain itu, juga dapat digunakan untuk mengetahui regresi antara variabel bebas dan terikat tersebut memiliki distribusi yang normal atau tidak. Namun, model regresi dapat dikatakan baik jika variabel tersebut memiliki distribusi data yang normal ataupun mendekati normal. Uji normalitas dalam penelitian ini yakni menggunakan program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22. Pengambilan sebuah keputusan melalui :

Probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima

Probabilitas $< 0,05$ maka H_0 ditolak

b. Uji linearitas

Uji linearitas ini tujuannya untuk mengetahui apakah dua variabel atau lebih yang akan diuji dalam sebuah penelitian mempunyai suatu hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Uji ini merupakan uji yang digunakan sebagai syarat utama ketika analisis regresi linier. Jika nilai probabilitas $> 0,05$ maka hubungan variabel X dengan Y dikatakan linier namun jika nilai probabilitas $< 0,05$ maka hubungan variabel X dengan Y dikatakan tidak linier (Setiawan & Yosepha, 2020).

2. Analisis Deskripsi Data

Statistik deskriptif ini untuk memberikan suatu gambaran mengenai gejala penelitian yang tidak tepat sebagai uji hipotesis penelitian namun untuk menjawab sebuah pertanyaan penelitian.

a. Mencari mean empirik

Mean merupakan nilai rata-rata dari sebuah data yang telah diperoleh dengan menotal seluruh angkanya lalu membaginya sesuai dengan jumlah data. Rumusnya yakni :

$$M = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan :

M = Mean

$\sum X$ = Jumlah nilai dalam distribusi

N = Jumlah total responden

b. Mencari mean hipotetik

Rumus diatas merupakan rumus mean empirik namun tidak hanya mean tersebut yang digunakan, mean hipotetik juga digunakan dalam penelitian ini berikut rumusnya :

$$M = \frac{1}{2} (i_{max} + i_{min})$$

Keterangan :

M = Mean hipotetik

i max = Skor tertinggi item

i min = Skor terendah item

c. Mencarai standar deviasi

Setelah kedua mean diatas telah diketahui maka langkah selanjutnya melihat standar deviasi. Standar deviasi sendiri merupakan suatu nilai yang dimana untuk menentukan sebaran data pada sampel yang seberapa data tersebut mendekati titik rata-rata nilai sampel (Hidayat et al., 2019). Rumusnya yakni sebagai berikut :

$$SD = \frac{1}{6} (imax + imin)$$

Keterangan :

SD = Standar deviasi

i max = Skor tertinggi item

i min = Skor terendah item

d. Kategorisasi

Kategorisasi ini sebagai pengelompokkan sebuah data sesuai dengan norma. Kategorisasi ini sendiri dapat dilihat ketika setelah menghitung mean dan standar deviasi. Kategorisasi yang digunakan didalam penelitian ini yakni sebagai berikut :

Tabel 3.12 Kategorisasi

Rentang Skor	Interpretasi
$X \geq (M + 1SD)$	Tinggi
$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	Sedang
$X < (M - 1SD)$	Rendah

Keterangan :

M = Rata-rata

SD = Standar Deviasi

3. Uji Hipotesis

a. Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda ini membuktikan ada atau tidak nya pengaruh yang signifikan dari variabel X dengan variabel Y. Bisa dikatakan bahwa analisis ini untuk memprediksi nilai pengaruh antara dua variabel bebas atau bahkan lebih terhadap variabel terikat. Rumus analisis regresi linier berganda yakni sebagai berikut :

$$Y = a + (b_1X_1) + (b_2xX_2) + \dots + b_nX_a$$

Keterangan :

Y : Variabel terikat

a : Nilai Konstanta

X : Variabel bebas

b : Nilai koefisien regresi

b. Uji Koefisien Korelasi Berganda

Menurut Sugiyono (2015) koefisien korelasi berganda ini guna mengetahui kekuatan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Nilai R dari 0 sampai 1, jika semakin mendekati angka 1 maka dapat dikatakan semakin kuat hubungan namun jika semakin mendekati 0 maka semakin lemahnya hubungan variabel. Berikut merupakan tabel koefisien korelasi berganda menurut Sugiyono (2015) :

Tabel 3.13 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,199	Sangat rendah
0,20 - 0,399	Rendah
0,40 - 0,599	Cukup
0,60 - 0,799	Kuat
0,80 - 1,000	Sangat kuat

c. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Setelah dilakukan uji koefisien korelasi berganda, maka dilanjutkan dengan koefisien determinasi ini digunakan guna mengetahui presentase dan dari uji ini dapat diketahui sisa presentase dari variabel yang ditentukan oleh faktor lain. Nilai koefisien determinasi ini jika $R^2 = 0$ maka tidak ada presentase pengaruh antara variabel terikat dengan variabel bebas dan sebaliknya.

d. Uji F

Uji F ini digunakan untuk melihat pengaruh variabel secara keseluruhan terhadap variabel dependen. Ketentuan dari penerimaan atau bahkan penolakan hipotesa yakni jika $F_{statistik} < F_{tabel}$ maka H_0 ditolak.

e. Uji T

Uji t ini digunakan untuk mengetahui signifikansi pengaruh variabel independen secara individu terhadap variabel dependen dengan asumsi variabel independennya konstan. Jadi uji t ini pada dasarnya uji hipotesis nihil mengenai perbedaan mean kedua variabel.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tepatnya di Fakultas Sains dan Teknologi. UIN Malang sendiri berdiri atas surat yang turun dari keputusan presiden yang telah turun pada No.5 tanggal 21 Juni 2004. Nama UIN Malang dulu yakni STAIN Malang yang sekarang telah berubah nama menjadi UIN Malang yang telah diresmikan oleh Menko Kesra Prof. H. A. Malik Fadjar, M.Sc pada tanggal 8 oktober 2004. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ini saat ini memiliki 6 fakultas S1 yakni Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan yang terdiri dari 3 jurusan, Fakultas Syari'ah yang terdiri dari 2 jurusan, Fakultas Humaniora yang terdiri dari 4 jurusan, Fakultas Ekonomi yang terdiri dari 4 jurusan, Fakultas Psikologi, Fakultas Kedokteran yang terdiri dari 2 jurusan dan Fakultas Sains dan Teknologi. Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ini sendiri terdiri dari 7 jurusan yakni Jurusan Biologi, Jurusan Kimia, Jurusan Fisika, Teknik Informatika, Teknik Arsitektur, Perpustakaan dan Ilmu Informasi. Fakultas ini berdiri pada tanggal 3 juli 1980. Pada awalnya Fakultas ini terdiri dari 4 jurusan lalu berkembang sampai saat ini menjadi 7 Jurusan.

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 17 Februari 2023 sampai tanggal 24 Februari 2023 yang berdurasi 7 hari atau satu minggu. Penelitian dilakukan secara *online* melalui *google form* yang telah disebarakan dengan *whatsapp* melalui mahasiswa-mahasiswi Fakultas Sains dan Teknologi UIN Malang angkatan 2018 yang masih mengerjakan skripsi.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui penyebaran kuesioner melalui *google form*. Berikut merupakan rangkaian hasil penelitian yang dibantu oleh program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22 :

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas disini bertujuan dalam menguji nilai residual berdistribusi normal atau tidak yang tentunya dibantu oleh program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22. Peneliti menggunakan pengambilan sebuah keputusan melalui :

Probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima

Probabilitas $< 0,05$ maka H_0 ditolak

Tabel 4.1 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		76
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.67203671
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.066
	Negative	-.049
Test Statistic		.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Tabel diatas merupakan hasil dari uji normalitas yang dibantu dengan program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22 yang menunjukkan data berdistribusi normal dikarenakan $> 0,05$ yakni 0,200.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas ini digunakan untuk menguji variabel apakah linier atau tidak secara signifikan. Uji ini menggunakan program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22 dengan pengambilan keputusan yakni jika nilai probabilitas $> 0,05$ maka menunjukkan hubungan antara variabel X dengan Y dikatakan linier namun jika nilai probabilitas $< 0,05$ maka hubungan antara variabel X dengan Y dikatakan tidak linier.

Tabel 4.2 Uji Linieritas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Unstandardized Residual	Between	(Combined)	3266.206	73	44.743	1.234	.551
* Unstandardized	Groups	Linearity	.000	1	.000	.000	1.000
Predicted Value		Deviation from Linearity	3266.206	72	45.364	1.251	.546
Within Groups			72.500	2	36.250		
Total			3338.706	75			

Tabel diatas menunjukkan bahwa uji linier yakni 1,0000 yang artinya variabel *self efficacy* dan dukungan sosial dengan prokrastinasi linier karena $> 0,05$.

2. Analisis Deskripsi Data

a. Mean Empirik, Hipotetik dan Standar Deviasi

Tabel 4.3 Hasil Mean Empirik, Hipotetik dan Standar Deviasi

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Maks	Min	Mean	SD	Maks	Min	Mean	SD
<i>Self Efficacy</i>	100	25	62,5	12,5	99	54	74,5	10,2
Dukungan Sosial	76	19	47,5	9,5	73	30	55,2	8,1
Prokrastinasi	108	27	67,5	13,5	91	37	66,4	9,1

- 1) Pengukuran skala self efficacy yang terdiri dari 25 item valid dengan rentang skor 1-4 sehingga didapatkan skor tertinggi 100 dengan mean hipotetiknya 62,5. Sedangkan berdasarkan hasil mean empirik diperoleh skor tertinggi 99 dengan mean 74,5. Maka dapat disimpulkan bahwa mean empiric lebih besar dari mean hipotetik.
- 2) Pengukuran dukungan sosial yang terdiri dari 19 item valid dengan rentang skor 1-4 sehingga didapatkan skor tertinggi 76 dengan mean hipotetiknya 47,5. Sedangkan berdasarkan hasil mean empirik diperoleh skor tertinggi 73 dengan mean 55,2. Maka dapat disimpulkan bahwa mean empirik lebih besar dari mean hipotetik.
- 3) Pengukuran prokrastinasi yang terdiri dari 27 item valid dengan rentang skor 1-4 sehingga didapatkan skor tertinggi 108 dengan mean hipotetiknya 67,5. Sedangkan berdasarkan hasil mean empirik diperoleh skor tertinggi 91 dengan mean 66,4. Maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa mean empirik lebih kecil dari mean hipotetik.

b. Kategorisasi

1) *Self Efficacy*

Skala *self efficacy* menggunakan skala likert skor 1-4. Jumlah item skalanya yakni 25 item. Responden dikategorikan kedalam kelompok rendah, sedang dan tinggi. Ketika responden menjawab nilai paling rendah yaitu $25 \times 1 = 25$ (Xmin). Sedangkan jika responden menjawab nilai paling tinggi 4 maka $4 \times 25 = 100$ (Xmaks). Dengan demikian *range* dari data *self efficacy* ini yakni $100 - 25 = 75$ lalu *kurve* normal terdiri dari 6 standar deviasi maka nilainya yakni $\frac{75}{6} = 12,5$ dan nilai *kurve* nilai mean yakni $\frac{100+25}{2} = 62,5$.

2) Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial menggunakan skala likert dengan skor 1-4. Jumlah item skalanya yakni 19 item. Responden dikategorikan kedalam kelompok rendah, sedang dan tinggi. Ketika responden menjawab nilai paling rendah yaitu $19 \times 1 = 19$ (Xmin). Sedangkan jika responden menjawab nilai paling tinggi 4 maka $4 \times 19 = 76$ (Xmaks). Dengan demikian *range* dari data dukungan sosial ini yakni $76 - 19 = 57$ lalu *kurve* normal terdiri dari 6 standar deviasi maka nilainya yakni $\frac{57}{6} = 9,5$ dan nilai *kurve* nilai mean yakni $\frac{76+19}{2} = 47,5$.

3) Prokrastinasi

Skala prokrastinasi menggunakan skala likert dengan skor 1-4. Jumlah item skalanya yakni 27 item. Responden dikategorikan kedalam kelompok rendah, sedang dan tinggi. Ketika responden menjawab nilai paling rendah yaitu $27 \times 1 = 27$ (Xmin). Sedangkan jika responden menjawab nilai paling tinggi 4 maka $4 \times 27 = 108$ (Xmaks). Dengan demikian *range* dari data dukungan sosial ini yakni $108 - 27 = 81$ lalu *kurve* normal terdiri dari 6 standar deviasi maka nilainya yakni $\frac{81}{6} = 13,5$ dan nilai *kurve* nilai mean yakni $\frac{108+27}{2} = 67,5$.

Tabel 4.4 Kategorisasi

Rentang Skor	Interpretasi
$X \geq (M + 1SD)$	Tinggi
$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	Sedang
$X < (M - 1SD)$	Rendah

Tabel diatas merupakan norma kategorisasi yang terdiri atas 3 tingkatan yakni rendah, sedang dan tinggi. Berikut merupakan hasil kategorisasi berdasarkan perhitungan manual dan dibantu program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22 :

Tabel 4.5 Hasil Kategorisasi

<i>Self Efficacy</i>		Dukungan Sosial		Prokrastinasi	
Rendah	$X < 50$	Rendah	$X < 38$	Rendah	$X < 54$
Sedang	$50 \leq X \leq 75$	Sedang	$38 \leq X \leq 57$	Sedang	$54 \leq X \leq 81$
Tinggi	$X > 75$	Tinggi	$X > 57$	Tinggi	$X > 81$

Tabel 4.6 Hasil Kategorisasi *Self Efficacy*

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	43	56.6	56.6	56.6
	Tinggi	33	43.4	43.4	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Tabel di atas telah menunjukkan kategorisasi responden yang berada dalam kategori sedang yakni 43 responden dengan presentase 56,6% Sedangkan responden yang berada dalam kategori tinggi yakni 33 responden dengan presentase 43,4%.

Tabel 4.7 Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	47	61.8	61.8	63.2
	Tinggi	28	36.8	36.8	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Tabel di atas telah menunjukkan kategorisasi bahwa responden yang berada di kategori rendah yakni 1 dengan presentase 1,3%, kategori sedang yakni 47 responden dengan presentase 61,8% Sedangkan responden yang masuk kedalam kategori tinggi yakni 28 responden dengan presentase 36,8%.

Tabel 4.8 Hasil Kategorisasi Prokrastinasi

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	6.6	6.6	6.6
	Sedang	68	89.5	89.5	96.1
	Tinggi	3	3.9	3.9	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Tabel di atas telah menunjukkan kategorisasi bahwa responden masuk kedalam kategori rendah yakni 5 dengan presentase 6,6%, kategori sedang yakni 68 responden dengan presentase 89,5% Sedangkan responden yang masuk kedalam kategori tinggi yakni 3 responden dengan presentase 3,9%.

3. Uji Hipotesis

a. Regresi Linier Berganda

Uji regresi menggunakan program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22 dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.9 Hasil Regresi Linier Berganda

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	115.449	6.484		17.804	.000
	SE	-.553	.087	-.617	-6.388	.000
	DS	-.141	.109	-.125	-1.291	.201

a. Dependent Variable: P

Uji hipotesis regresi linier berganda pada tabel diatas didapatkan hasil pada kolom *unstandardizes coefficients* pada kolom B nilai koefisien korelasi yang didapatkan yakni sebesar -0,553 untuk variabel *self efficacy* yang berarti adanya hubungan negatif artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi. Sedangkan pada variabel dukungan sosial yakni sebesar -0,141 yang artinya adanya hubungan yang negatif, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah prokrastinasi. Maka persamaan rumus regresi yakni $Y = 115.449 + -0,553 (X1) + -0,141 (X2)$.

b. Uji Koefisien Korelasi Berganda

Tabel 4.10 Hasil Koefisien Korelasi Berganda

Model Summary									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.685 ^a	.469	.454	6.76282	.469	32.188	2	73	.000

a. Predictors: (Constant), SE, DS

Uji koefisien korelasi pada tabel diatas telah menunjukkan bahwa nilai signifikansi *F change* diperoleh nilai $0,000 < 0,05$ dan pada tabel diatas juga dapat diketahui bahwa nilai R yakni 0,685 yang artinya kategori masuk kedalam kategori kuat (0,60-0,799). Sesuai dengan pedoman interpretasi yakni sebagai berikut :

Tabel 4.11 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,199	Sangat rendah
0,20 - 0,399	Rendah
0,40 - 0,599	Cukup
0,60 - 0,799	Kuat
0,80 - 1,000	Sangat kuat

c. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Tabel 4.12 Hasil Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.685 ^a	.469	.454	6.76282

a. Predictors: (Constant), X2, X1

Tabel diatas dapat dilihat R square yakni 0,469. Hal ini berarti adanya pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi yakni 46% dan 54% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

d. Uji F

Tabel 4.13 Hasil Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2944.242	2	1472.121	32.188	.000 ^b
	Residual	3338.706	73	45.736		
	Total	6282.947	75			

- a. Dependent Variable: Y
 b. Predictors: (Constant), X2, X1

Uji F pada tabel diatas telah menunjukkan bahwa nilai signifikansi $0,000 > 0,05$ dan nilai F sebesar $32,188 > F$ tabel 3,12 jadi dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh antar X1 (*Self Efficacy*) dan X2 (Dukungan Sosial) terhadap Y (Prokrastinasi) secara simultan. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima.

e. Uji T

Uji t ini menggunakan program IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 22 dengan hasil yakni sebagai berikut :

Tabel 4.14 Hasil Uji T

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	115.449	6.484		17.804	.000
	SE	-.553	.087	-.617	-6.388	.000
	DS	-.141	.109	-.125	-1.291	.201

- a. Dependent Variable: P

Berdasarkan uji T pada tabel diatas mendapatkan X1 (*Self Efficacy*) terhadap Y (Prokrastinasi) dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan t hitung $-6,388 > 1,992$ yang artinya adanya pengaruh negatif antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_{a1} diterima H_{02} ditolak. Sedangkan X2 (Dukungan Sosial) terhadap Y (Prokrastinasi) dengan nilai signifikansi $0,201 < 0,05$ dan t hitung $-1,291 > 1,992$ yang artinya tidak ada pengaruh negatif antara dukungan sosial terhadap prokrastinasi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_{a2} ditolak dan H_{02} diterima.

C. Pembahasan

1. Gambaran Tingkat *Self Efficacy*, Dukungan Sosial dan Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Angkatan 2018 UIN Malang

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil analisis deskriptif pada *self efficacy* diperoleh nilai minimum 54 dan maksimum 99 dengan mean 74,5 dan standar deviasi 10,2. Hasil penelitian ini juga telah menunjukkan sebanyak 43 responden (56,6%) berada pada kategori sedang dan 33 responden (43,4%) yang berada pada kategori tinggi. Sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa *self efficacy* pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 masuk kedalam kategori sedang. Hasil tersebut menjelaskan bahwa keyakinan yang ada pada dalam diri seseorang ketika mengerjakan skripsi cukup baik dan pada kategori tinggi akan lebih sangat baik karena akan membuat dirinya yakin dapat menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan respon yang diberikan subjek ke skala *self efficacy* item yang dominan yakni nomor 8 dengan 67% yang merupakan aspek *level* (tingkat) dengan indikator keyakinan dalam menghadapi sesuatu yang artinya responden memiliki keyakinan dalam menghadapi tugasnya yang sulit. Item nomor 22 dengan 63% aspek *strength* (kekuatan) dengan indikator kekuatan keyakinan dalam mencoba suatu tindakan. Item nomor 24 dengan 64% aspek *strength* (kekuatan) dengan indikator kekuatan keyakinan dalam mencoba suatu tindakan. Hal ini sejalan dengan teori yang telah dikemukakan oleh Bandura sangat sesuai dengan penelitian ini dimana keyakinan seseorang sangat mempengaruhi tugasnya dan dari keyakinan tersebutlah seseorang dapat melakukan kinerja yang baik (Psikologi & Psikologi, n.d.). Maka ketika semakin tinggi tingkat *self efficacy* yang dimiliki oleh seseorang,

maka akan semakin tinggi pula tingkatan seseorang tersebut dalam mencapai keberhasilan. Ketika seseorang merasakan situasi sulit dan memiliki *self efficacy* yang rendah maka mereka akan mudah menyerah namun berbeda dengan seseorang yang telah memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi maka akan mudah mengatasi kesulitan yang dihadapinya (Lianto, 2019).

Hasil diatas juga sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yakni pertama, penelitian yang dilakukan oleh Yana Anggita Venanda pada tahun 2022 yang menunjukkan *self efficacy* dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa masuk kedalam kategori sedang dengan 54 responden dan presentase 54,5 % (Venanda, 2022). Kedua, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariana Gracella Ivana Bisinglasi pada tahun 2014 yang menunjukkan *self efficacy* dalam kategori sedang yakni 71%. Ketiga, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Roro Lovieziyyad An Nada yang menunjukkan *self efficacy* dalam kategori sedang yakni 69,5%. Namun berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Annisa Rosni Zusya pada tahun 2016 yang menunjukkan *self efficacy* pada kategori tinggi yakni 59,5%.

Penjelasan diatas mengenai tingkat *self efficacy* sangat berkaitan erat dengan firman Allah SWT dalam surat Az-Zumar ayat 53 yang berbunyi :

قُلْ يُعْبَادِي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ
الْعَفُورُ الرَّحِيمُ ٥٣

Artinya : “Katakanlah (Nabi Muhammad) wahai hamba-hambaku yang melampaui batas dengan menzalimi dirinya sendiri janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa semuanya. Sesungguhnya dialah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Berdasarkan ayat diatas dapat diambil sebuah pelajaran bahwa kita harus yakin kepada kemampuan yang ada pada diri kita sendiri karena Allah SWT saja melarang kita untuk tidak berputus asa. Maka ayat tersebut menyuruh kita untuk meningkatkan keyakinan yang ada pada diri kita. Dapat ditarik sebuah kesimpulan juga dari penjelasan diatas bahwa tingkat *self efficacy* pada penelitian ini sendiri pada kategori sedang dengan presentase 56,6%.

Hasil analisis deskriptif pada dukungan sosial diperoleh nilai minimum 30 dan maksimum 73 dengan mean 55,2 dan standar deviasi 8,1. Hasil penelitian ini juga telah menunjukkan sebanyak 1 responden (1%) dengan kategori rendah, 47 responden (62%) kategori sedang dan 28 responden (37%) pada kategori tinggi. Sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 masuk kedalam kategori sedang. Hasil tersebut menjelaskan bahwa dukungan sosial dalam kategori rendah menunjukkan hanya sedikit berpengaruh terhadap prokrastinasi, namun ketika pada kategori sedang dan tinggi menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh sekali terhadap prokrastinasi.

Berdasarkan respon yang diberikan subjek ke skala dukungan sosial item yang dominan yakni nomor 2 dengan 64% yang merupakan aspek dukungan emosional dengan indikator mendapatkan rasa empati, perhatian dan kepercayaan orang lain. Item nomor 12 dengan 71% aspek dukungan informasi dengan indikator mendapatkan nasehat, arahan dan juga pertimbangan mengenai bagaimana seseorang harus berbuat apa untuk mencapai pemecahan masalah. Item nomor 18 dengan 65% aspek dukungan penilaian dengan indikator mendapatkan penghargaan dan umpan balik mengenai usaha yang dilakukan. Hal tersebut sesuai dengan teori Bandura bahwa dukungan sosial ini kegiatan yang membuat seseorang dalam menyelesaikan permasalahan seseorang (Hartati et al., 2022). Salah satu permasalahan yang dialami mahasiswa semester akhir yakni prokrastinasi dalam pengerjaan

skripsinya. Dukungan sosial ini juga berpengaruh kepada emosional seseorang yang berdampak memberikan perilaku yang positif sehingga seseorang dapat mengatasi masalah yang dialaminya. Dukungan sosial ini juga bersumber dari orang terdekat seperti teman, keluarga atau bahkan lingkungan dimana orang tersebut berinteraksi (Waty & Agustina, 2022).

Hasil diatas juga sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu diantaranya pertama penelitian yang telah dilakukan oleh Harmalis pada tahun 2021 yang menunjukkan hasil dukungan sosial ada pada kategori sedang dengan responden sebanyak 42 mahasiswa dan presentase sebesar 56,9 % (Yandri et al., 2021). Kedua penelitian yang dilakukan Siti Nurvika pada tahun 2022 yang menunjukkan bahwa *self efficacy* kategori sedang dengan presentase 70,7%. Ketiga penelitian yang dilakukan oleh Dyah Mustika Kusuma Winahyu pada tahun 2020 juga menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial berada pada kategori sedang dengan presentase 65% (Winahyu, 2020). Namun berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisa Dwi Lestary pada tahun 2018 yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dalam kategori tinggi dengan presentase 73% (Lastary & Rahayu, 2018).

Penjelasan diatas mengenai tingkat dukungan sosial yang sangat berkaitan erat dengan firman Allah SWT dalam surat Al-Asr ayat 3 yang berbunyi :

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ۝ ٣

Artinya : “Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Berdasarkan ayat diatas dapat disimpulkan bahwa sesama manusia dianjurkan untuk saling menasihati dalam hal kebenaran, hal itu merujuk pada ketika dukungan sosial baik maka akan mendukung individu tersebut. Dapat ditarik sebuah kesimpulan juga dari penjelasan

diatas bahwa tingkat dukungan sosial pada penelitian ini sendiri pada kategori sedang dengan presentase 62%.

Hasil analisis deskriptif pada prokrastinasi diperoleh nilai minimum 37 dan maksimum 91 dengan mean 66,4 dan standar deviasi 9,1. Hasil penelitian ini juga telah menunjukkan sebanyak 5 responden (7%) pada kategori rendah, 68 responden (89%) berada pada kategori sedang dan 3 responden (4%) berada pada kategori tinggi. Sehingga ditarik sebuah kesimpulan bahwa prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 masuk kedalam kategori sedang.

Berdasarkan respon yang diberikan subjek ke skala prokrastinasi item yang dominan yakni nomor 6 dengan 64% yang merupakan aspek penundaan dalam menyelesaikan tugas dengan indikator menunda menyelesaikan sebuah tugas akademik. Item nomor 7 dengan 66% dan 9 dengan 71% aspek keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dengan indikator membutuhkan jangka waktu yang panjang untuk menyelesaikan sebuah tugas. Hal tersebut sesuai dengan teori Ferrari yang telah mengatakan bahwa prokrastinasi akademik ini merupakan sebuah penundaan tugas yang seharusnya diprioritaskan namun menjadi tidak. Pada Perguruan Tinggi prokrastinasi ini sering kali terjadi pada mahasiswa akhir yakni mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Kadafi et al., 2019).

Hasil diatas juga sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu pertama, penelitian yang dilakukan oleh Mayang Meiga Puspitasari pada tahun 2021 yang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang tengah menempuh skripsi yakni 84,2% dalam kategori sedang. Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Theadora Gracelyta pada tahun 2021 yang menunjukkan prokrastinasi dalam kategori sedang dengan presentase 63,35% (Gracelyta & Harlina, 2021). Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Kholid Mawardi yang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi ini pada kategori sedang dengan presentase 57%. Namun berbeda dengan penelitian yang

dilakukan oleh Fahrizal Rifaldi Aditya pada tahun 2020 yang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi tinggi dengan presentase 62,25%.

Penjelasan diatas mengenai tingkat dukungan sosial yang sangat berkaitan erat dengan firman Allah SWT dalam surat Al-A'raf ayat 34 yang berbunyi :

وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ

Artinya : “Setiap umat mempunyai ajal (batas waktu). Jika ajalnya tiba, mereka tidak dapat meminta penundaan sesaat pun dan tidak pula meminta percepatan” (Al-Qur'an & terjemahan Kemenag).

Berdasarkan ayat diatas dapat ditarik sebuah pelajaran bahwa ketika seseorang masih memiliki waktu maka janganlah menunda apapun itu karena manusia memiliki batas waktu. Dapat ditarik sebuah kesimpulan juga dari penjelasan diatas bahwa tingkat prokrastinasi pada penelitian ini sendiri pada kategori sedang dengan presentase 89%.

2. Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Angkatan 2018 UIN Malang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa telah diperoleh nilai sebesar $0,000 > 0,05$ yang artinya *self efficacy* berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi dan nilai t hitung $-6,388 > t$ tabel $1,992$ yang artinya *self efficacy* ini berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Malang. Hal ini didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa *self efficacy* berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi. Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Reni Andriyani dan Dani Firmansyah pada tahun 2019 yang menunjukkan hasil bahwa *self efficacy* berpengaruh negatif terhadap prokrastinasi dengan nilai $-0,0502$ dan nilai signifikansi $0,001$ artinya semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik (Andriyani & Firmansyah, 2020). Kedua, pada

penelitian yang dilakukan oleh Noerma Ayu Fadila pada tahun 2021 yang menunjukkan nilai korelasi $-0,672$ bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah prokrastinasi (Psikologi & Psikologi, n.d.). Ketiga, pada penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurvika pada tahun 2022 yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi dengan hasil nilai signifikansi $0,000 < 0,05$.

Pada penelitian ini telah menunjukkan bahwa *self efficacy* berpengaruh terhadap prokrastinasi sesuai dengan landasan teori bahwa faktor prokrastinasi ada dua yakni faktor internal faktor yang ada didalam diri individu seperti efikasi diri (*self efficacy*), kontrol diri, motivasi dan *locus of control*. Faktor eksternal ini dari luar tubuh seperti dukungan sosial (dukungan orang tua dan dukungan teman sebaya) tugas yang *over* dan kondisi lingkungan (Satriantono & Wibowo, 2022). Peranan penting *self efficacy* dengan menyelesaikan skripsi ini sangat benar karena keyakinan yang telah dimiliki oleh seseorang terhadap kemampuannya dalam melaksanakan tugas tertentu. Ketika *self efficacy* tinggi ini memudahkan seseorang dalam membuat tindakan untuk mencapai sebuah tujuan yang telah direncanakan. *Self efficacy* juga sangat menentukan kapan seseorang mulai mengerjakan sesuatu, usaha apa yang harus dilakukan dan waktu seseorang dalam mengerjakan sesuatu (Psikologi & Psikologi, n.d.). Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Ali Imron ayat 139 yang berbunyi :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan pula bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Berdasarkan ayat diatas dapat diambil sebuah pelajaran bahwa Allah SWT melarang kita untuk tidak yakin kepada diri kita sendiri, terutama terhadap kemampuan kita janganlah merasa lemah. Hal ini

menunjukkan bahwa *self efficacy* didalam islam sangat dianjurkan dan telah tertulis didalam Al-Qur'an. Persepsi seseorang terhadap sesuatu yang ingin dikerjakan berbeda salah satunya mengenai tugas. Hal ini lah yang mengartikan bahwa *self efficacy* yang rendah dapat menyebabkan prokrastinasi akademik. Mahasiswa menjadi sengaja menghabiskan waktu untuk melakukan kegiatan lain dibandingkan mengerjakan tugasnya.

3. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Angkatan 2018 UIN Malang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa diperoleh nilai sebesar $0,201 < 0,05$ dan t hitung $-1,291 > t$ tabel $1,992$ yang artinya yang artinya dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Malang. Hal ini telah didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi salah satunya pada penelitian yang dilakukan oleh Riska Nurul Syifa pada tahun 2018 Jurusan Akuntansi Universitas Negeri Malang yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial ini tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi. Beberapa penelitian terdahulu juga sejalan dengan penelitian ini pertama, yang dilakukan oleh Wiwik Setianingsih pada tahun 2020 Universitas Negeri Semarang juga menunjukkan hasil dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi dengan nilai signifikansi $0,356 < 0,05$ yang artinya tidak adanya sebuah pengaruh antara dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik. Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Syifa Rizka Nurul tahun 2018 Universitas Negeri Malang yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial ini tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Ketiga pada penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurvika pada tahun 2022 yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada

pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap prokrastinasi.

Pada penelitian ini didapati bahwa dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi ini bisa disebabkan oleh faktor eksternal yang lain misalnya kesulitan memperoleh bahan untuk pengerjaan skripsi, kurangnya sarana atau bahkan banyak aktivitas lain (Fatimaullah, Jahada, 2019) atau faktor tugas yang *over* dan kondisi lingkungan (Satriantono & Wibowo, 2022).

Sarason mengatakan ketika seseorang memiliki dukungan sosial yang tinggi menyebabkan seseorang tersebut akan memiliki pengalaman hidup yang tinggi dan juga memiliki pandangan hidup lebih positif daripada seseorang dukungan sosialnya rendah, hal ini sangat berkaitan dengan penyelesaian tugas khususnya bagi mahasiswa (Kristy, 2019). Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al Balad ayat 17 :

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ ۗ

Artinya : “Kemudian, dia juga termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar serta saling berpesan untuk berkasih sayang” (Al-Qur’an & terjemahan Kemenag).

Berdasarkan ayat diatas dapat diambil sebuah pelajaran bahwa Allah SWT sesama manusia harus saling berkasih sayang yang artinya dukungan sosial sangat dianjurkan didalam agama islam yang telah tertuli dalam Al-Qur’an. Dukungan sosial ini juga tergantung pada diri seseorang yang menerimanya sejauh mana seseorang tersebut merasakan dukungan itu. Menurut Cobb dukungan sosial itu sebuah informasi dari lingkungan sekitar yang menyebabkan seseorang berpersepsi untuk menerima efek positif atau bahkan suatu dukungan. Adanya perasaan tersebutlah yang membuat seseorang lebih mudah menghadapi sesuatu bahkan saat tertekan (Maslihah, 2018).

4. Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Angkatan 2018 UIN Malang

Hasil dari analisis korelasi linier berganda didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi $0,000 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antar X1 (*Self Efficacy*) dan X2 (Dukungan Sosial) terhadap Y (Prokrastinasi) secara simultan. Hal ini juga diperkuat oleh nilai R square yakni 0,469 yang berarti bahwa pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi yakni sebesar 46% dan 54% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Pada penelitian ini hipotesis mayor H_a dapat diterima karena adanya pengaruh negatif antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi.

Hasil diatas sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa faktor prokrastinasi ada dua yakni faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal ini dari dalam individu seperti motivasi, kontrol diri, *self efficacy* dan *locus of control*. Sedangkan pada faktor eksternalnya dipengaruhi oleh status sosial ekonomi, dukungan sosial orang tua dan teman sebaya, prasarana penyelesaian tugas, tugas yang terlalu banyak dan kondisi lingkungan (Satriantono & Wibowo, 2022). *Self efficacy* sendiri terdiri dari 3 aspek dan dimana yang paling tertinggi pada penelitian ini yakni pada aspek *level* (tingkat), dukungan sosial terdiri dari 4 aspek dimana yang paling tertinggi yakni pada aspek dukungan emosional sedangkan pada prokrastinasi yang terdiri dari 4 aspek dimana paling tertinggi pada aspek penundaan dalam menyelesaikan tugas.

Pada penelitian ini dapat dilihat dengan jelas terdapat pengaruh antara masing-masing faktor internal dan faktor eksternal dari prokrastinasi. Penelitian ini juga telah diperkuat oleh penelitian-penelitian terdahulu yang sejalan seperti penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurvika tahun 2022 yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap

prokrastinasi akademik dalam proses pengerjaan skripsi dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$.

Kekuatan hubungan antar variabel juga tergolong kuat terbukti dari hasil koefisien korelasi yakni R sebesar 0,685. Hal ini menjelaskan bahwa arah dan kerekatan hubungan antara *self efficacy* dan dukungan sosial artinya semakin tinggi *self efficacy* dan dukungan sosial maka akan semakin rendah sebuah prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisa Dwi Lastary yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai R square yakni 0,420 dan presentase sebesar 42% sedangkan sisanya disebabkan oleh faktor lain. Dalam penelitian tersebut juga diperoleh nilai signifikansi $0,000 < 0,05$.

Pada penelitian ini pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi yakni sebesar 46% maka masih ada sisa 54% faktor lain yang tidak diketahui dalam penelitian ini. Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Noor Anida Rahmadina pada tahun 2020 yang menunjukkan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial memberikan kontribusi terhadap prokrastinasi akademik sebesar 80,1% dan sisanya telah dipengaruhi oleh faktor lain.

Faktor-faktor prokrastinasi ini tidak hanya pada *self efficacy* dan dukungan sosial saja, namun banyak faktor yang dapat mempengaruhinya. Bisa dari faktor internal berupa kecemasan, ketidakmampuan untuk mengatur waktu atau bahkan persepsi terhadap dosen sedangkan faktor eksternal nya kesulitan memperoleh bahan untuk pengerjaan skripsi, kurangnya sarana atau bahkan banyak aktivitas lain (Fatimaullah, Jahada, 2019). Penjelasan diatas dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa faktor internal dan faktor eksternal pada seseorang sangatlah penting dalam pengerjaan skripsi karena jika kedua faktor tersebut mendukung maka seseorang tidak dapat melakukan sebuah prokrastinasi.

Mahasiswa dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi maka dapat diprediksi sedikit kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik artinya seorang mahasiswa yang memiliki *self efficacy* tinggi maka dapat menyelesaikan tugasnya. Sedangkan mahasiswa yang memiliki *self efficacy* rendah akan menghindar dari tugasnya. Sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan *self efficacy* memiliki sebuah upaya yang penting dalam menyelesaikan permasalahan prokrastinasi dalam dunia pendidikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damri pada tahun 2017 yang menunjukkan hasil bahwa keyakinan seseorang yang tinggi ini perlu ditingkatkan setiap waktu.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* dan dukungan sosial ini sangat mempengaruhi prokrastinasi tentunya dalam bidang akademik. Teori mengenai faktor prokrastinasi yang telah disebutkan diatas telah dikupas satu-persatu dimana semuanya saling berkaitan. Prokrastinasi akademik ini sebuah masalah yang serius didalam dunia pendidikan terutama pada pengerjaan skripsi pada mahasiswa seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Lisa Dwi Lestary pada tahun 2018 dimana menyatakan bahwa pentingnya lulus tepat waktu oleh karena itu agar tidak terjadi prokrastinasi mahasiswa perlu adanya dukungan sosial dan keyakinan dalam dirinya (*self efficacy*) (Lastary & Rahayu, 2018).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dijelaskan diatas dengan judul “Pengaruh *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi pengerjaan skripsi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” dapat disimpulkan yakni sebagai berikut :

1. Pada penelitian ini diketahui bahwa tingkat *self efficacy* pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 UIN Malang ini memperoleh 56,6% pada kategori sedang. Artinya tingkat *self efficacy* pada penelitian ini masuk kedalam kategori sedang maka perlu ditingkatkan keyakinan yang ada pada dalam individu tersebut agar mahasiswa dapat mengurangi terjadinya prokrastinasi dan dapat lulus tepat waktu.
2. Tingkat dukungan sosial pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 UIN Malang ini memperoleh 62% berada pada kategori sedang. Artinya tingkat dukungan sosial pada penelitian ini masuk kedalam kategori sedang maka perlu ditingkatkan dengan mencari lingkungan yang mendukung hal-hal positif agar mahasiswa dapat menghindari yang namanya prokrastinasi.
3. Tingkat prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2018 UIN Malang memperoleh 89% berada pada kategori sedang. Artinya tingkat prokrastinasi perlu diturunkan agar tidak menjadi masalah yang serius dalam dunia pendidikan khususnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi karena menyebabkan dampak negatif yang seharusnya lulus dalam waktu 4 tahun menjadi lebih dari batas waktu tersebut.

4. Pengaruh antara *self efficacy* dan dukungan sosial menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan secara bersamaan dengan nilai signifikansi $0,000 > 0,05$ artinya adanya pengaruh secara simultan antara dukungan *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi dengan nilai koefisien $0,685$ yang artinya memiliki hubungan kuat. Artinya *self efficacy* dan dukungan sosial ini memiliki pengaruh yang sangat penting didalam sebuah masalah pendidikan yakni salah satunya prokrastinasi. *Self efficacy* dan dukungan sosial ini sendiri berpengaruh sebesar 46% dengan nilai R square $0,469$ dan masih ada 54% yang dipengaruhi oleh faktor lain dari masing-masing faktor internal atau faktor eksternalnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menyadari banyaknya kekurangan yang ada pada penelitian ini sehingga peneliti memberikan saran yakni sebagai berikut :

1. Pada penelitian ini tingkat *self efficacy* terjadi pada mahasiswa dalam kategori sedang, maka mahasiswa perlu untuk meningkatkan *self efficacy* tersebut agar prokrastinasi dapat semakin menurun.
2. Pada penelitian ini tingkat prokrastinasi pada mahasiswa terjadi dalam kategori sedang, maka mahasiswa perlu untuk menurunkan prokrastinasi agar tidak semakin tinggi.
3. Bagi bagian akademik, untuk melakukan pendampingan khusus kepada mahasiswanya agar prokrastinasi dapat menurun sedikit demi sedikit. Pendampingan yang dilakukan bisa seperti memberikan *support* dan semangat kepada mahasiswa khususnya sedang mengerjakan skripsi.
4. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan lebih melakukan penelitian secara luas dengan mengambil beberapa faktor. Faktor internalnya seperti kecemasan atau bahkan tidak dapat mengatur waktu dengan baik. Sedangkan pada faktor eksternal dari kesulitan memperoleh bahan untuk mengerjakan skripsi atau bahkan banyak aktivitas lain yang sedang dikerjakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, R., & Firmansyah, D. (2020). Hubungan Self-Efficacy Terhadap Prokrastinasi Akademik Matematika. *Prosiding Sesiomadika, Vol 2 No 1*(2017), 129–132.
- Fatimaullah, Jahada, D. P. S. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Terhadap Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Halu Oleo Kendari. *Jurnal Bening, 3*(1), 113–122.
- Gracelyta, T., & Harlina, H. (2021). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Di Masa Pandemi. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling, 8*(1), 46–54. <https://doi.org/10.36706/jkk.v8i1.14511>
- Hartati, J., Achadi, W., Syarnubi, S., & Naufa, M. M. (2022). Hubungan Prokrastinasi dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Pendidikan Agama Islam FITK UIN Raden Patah Palembang. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya, 5*(4), 608–618.
- Herawati, M., & Suyahya, I. (2019). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Islam Ruhama. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan KALUNI, 2*(December). <https://doi.org/10.30998/prokaluni.v2i0.148>
- Hidayat, R. N., Sabri, L. M., & Awaluddin, M. (2019). Analisis Desain Jaring Gns Berdasarkan Fungsi Presisi (Studi Kasus : Titik Geoid Geometri Kota Semarang). *Jurnal Geodesi Undip, 8*(1), 48–55.
- Iskandar, D., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2020). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Sman 1 Tongauna. *Jurnal Sublimapsi, 1*(1). <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.10461>
- Kadafi, A., Mardiyah, R. R., & Rahmawati, N. K. D. (2019). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok Islami. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling, 4*(2), 181–193. <http://103.107.187.25/index.php/cobaBK/article/view/3882>
- Kristy, D. Z. (2019). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application, 8*(1), 49–54. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.27736>
- Lastary, L. D., & Rahayu, A. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dan Self Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Perantau yang Berkuliah Di Jakarta. *Ikraith-Humaniora, 2*(2), 17–23.

- Lestari, F. A., Nawantara, R. D., & Setyawati, S. P. (2022). Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 157–165. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/kkn/article/view/1368>
- Lianto, L. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Maslihah, S. (2018). Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa Boarding School. *Psikologi Undip*, 10(2), 103–114.
- Maurizka, A., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Psychological Well-Being Pada Remaja Pengguna Hijab Di Organisasi Remaja Masjid Al–Amin Jakarta Selatan. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 207–218.
- Moh. Soleh, Moh Irfan Burhani, & Luthfi Atmasari. (2022). Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(2), 104–115. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i2.366>
- Muthmainah. (2022). Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *Dikus : Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 1, 78–88.
- Nur Ghufron, M. (2014). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Regulasi Diri Dalam Belajar. *Quality*, 2((1)), 136–149.
- Panjaitan, S., Simanungkalit, M., Wardoyo, Y., Tuerah, F., & Roson, N. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Journal Kerusso*, 3(1), 24–31. <https://doi.org/10.33856/kerusso.v3i1.89>
- Psikologi, J., & Psikologi, J. (n.d.). *HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI PADA MASA PANDEMI COVID-19 Noerma Ayu Fadila Riza Noviana Khoirunnisa*.
- Purnia, D. S., Adiwisastro, M. F., Muhajir, H., & Supriadi, D. (2020). Pengukuran Kesenjangan Digital Menggunakan Metode Deskriptif Berbasis Website. *EVOLUSI: Jurnal Sains Dan Manajemen*, 8(2). <https://doi.org/10.31294/evolusi.v8i2.8942>
- Putri, N. I., & Edwina, T. N. (2020). Task Aversiveness Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 3(1), 124–140. <https://e-journal.my.id/jsgp/article/view/242%0Ahttps://doi.org/10.30605/jsgp.3.1.202>

0.242

- Putri Utami, K., & Duriana Wijaya, Y. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Pasangan dengan Konflik Pekerjaan-Keluarga pada Ibu Bekerja. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 1.
- Rezki, D. P., & Syahza, A. (2022). *Jurnal PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran) Volume 6 Nomor 6 November 2022 | ISSN Cetak : 2580 - 8435 | ISSN Online : 2614 - 1337 PENGARUH MOTIVASI DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK THE EFFECT OF SELF-MOTIVATION ON THE ACADEMIC PROCRASTINATION OF ECONOM.* 6(November), 1853–1863.
- Rivandi, A., Bu'ulolo, E., & Silalahi, N. (2019). PENERAPAN METODE REGRESI LINIER BERGANDA DALAM ESTIMASI BIAYA PENCETAKAN SPANDUK (STUDI KASUS: PT. HANSINDO SETIAPRATAMA) Ahmad. *Pelita Informatika Budi Darma*, 18, 1–6.
- Rizkiawati, N. L., & Asandimitra, N. (2018). Pengaruh Demografi, Financial Knowledge, Financial Attitude, Locus of Control Dan Financial Self-Efficacy Terhadap Financial Management Behavior Masyarakat Surabaya. *Jurnal Ilmu Manajemen (JIM)*, 6(3), 93–103.
- Saman, A. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v0i0.3070>
- Sari, D. A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN AKADEMIK SISWA DI SMA X PADA MASA PANDEMI COVID-19 Riza Noviana Khoirunnisa. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 160–170.
- 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.
- Semarang, I. N. (2020). Menurut Daniel dan Lawrence (dalam Wilujeng , 2011) mengungkapkan perasaan seorang bahwa kompeten sering disebut dengan efikasi diri atau self efficacy . Efikasi diri yaitu persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat memiliki kemampuan untu. 29–40.
- Setiawan, C. K., & Yosepha, S. Y. (2020). Pengaruh green marketing dan brand image terhadap keputusan pembelian produk the body shop indonesia (studi kasus pada followers account twitter @thebodyshopindo). *Jurnal Ilmiah M-Progress*, 10(1), 1–9.

- Suryani, L., Seto, S. B., & Bantas, M. G. D. (2020). Hubungan Efikasi Diri dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Berbasis E-Learning pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika Universitas Flores. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 6(2), 275. <https://doi.org/10.33394/jk.v6i2.2609>
- Umari, T., Rusandi, M. A., & Yakub, E. (2020). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fkip Universitas Riau. *Jurnal Pendidikan*, 11(1), 12. <https://doi.org/10.31258/jp.11.1.12-19>
- Venanda, Y. A. (2022). Hubungan efikasi diri (self efficacy) dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 40–55. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8090>
- Wahyuningsih, P., & Handoyo, A. W. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Sistema: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 39–45. <https://jurnal.fkip-uwgm.ac.id/index.php/sjp>
- Waty, F. L. N. C., & Agustina, M. W. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Prokrastinasi Siswa yang Bermukim di Pesantren Madrasah. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(2), 89–100. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i2.485>
- Widyaningsih, S., & Savira, S. I. (2021). Analisis relasi konsep self-control dengan prokrastinasi sekolah menengah atas (SMA). *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1), 161–166. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/38675>
- Winahyu, dyah M. K. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dan *Student Burnout* Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Sidoarjo. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 102–109. <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/32026>
- Wistarini, N. N. I. P., & Marheni, A. (2019). Peran Dukungan Sosial Keluarga dan Efikasi Diri terhadap Stres Akademik Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Angkatan 2018. *Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan*, 000, 164–173.
- Wohon, A. M., & Ediati, A. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Futsal Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 8(2), 399–405. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.24404>
- Yandri, H., Harmalis, H., Sasferi, N., Naidarti, N., & Juliawati, D. (2021). Motivasi Instrinsik, Dukungan Sosial Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Kerinci. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda*,

- Bermakna, Mulia*, 7(2), 24. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v7i2.5103>
- Zagoto, S. F. L. (2019). Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(2), 386–391. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i2.667>
- Winarni, E W. (2018). *Teori dan Praktik Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bumi Aksara
- Budiastuti Dyah & Bandur Agustinus. (2018). Validitas dan Reliabilitas Penelitian. Mitra Wacana Media.
- Asri Novarianing Dahlia. (2018). *Prokrastinasi Akademik*. UNIPMA Press.
- Kusuma Tjipta Aditya & Indrawati Sri Endang. *Procrastination in Completing The Thesis*. Universitas Diponegoro Semarang.
- Nafeesa. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah. *Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya*, 4 (1), 53-67.
- Ghufron Nur. *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Regulasi Diri Dalam Belajar*. 136 – 149.
- Setiawan, K,C & Yosepha Y,S. (2020). Pengaruh Green Marketing dan Brand Image Terhadap Keputusan Pembelian Produk The Body Shop Indonesia. *Jurnal Ilmiah*, 10 (1).
- Fatimaullah, Jahada & Silonde P,D. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Terhadap Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Halu Oleo Kendari. *Jurnal Bening*, 3 (1), 113-121.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta : Bandung.
- LKP2M. (2017). UIN Maulana Malik Ibrahim Malang : Malang.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

Perkenalkan saya Dunda Sholichatun Nisa' (19410181) mahasiswa S1 Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Saat ini saya sedang melakukan penelitian dalam rangka pemenuhan tugas akhir (skripsi) dengan judul "**Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**" dengan kriteria responden sebagai berikut :

1. Mahasiswa aktif angkatan 2018 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Malang
2. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Jika anda setuju dan bersedia untuk berpartisipasi, maka akan diminta untuk memberikan respon pada berbagai skala. Menyelesaikan survey ini diperkirakan tidak membutuhkan waktu lebih dari 20 menit. Kerahasiaan informasi anda akan terjamin, semua respon anda hanya akan diketahui oleh peneliti dan tidak akan digunakan dalam kepentingan apapun selain dalam rangka pemenuhan tugas akhir (skripsi). Dalam kuesioner ini dilengkapi dengan :

Nama Lengkap :
 Jenis Kelamin :
 Angkatan :
 Fakultas :
 Jurusan :
 Nomor *Whatsapp* :

SKALA *SELF EFFICACY*

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya yakin bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat				

2.	Ketika ada kesulitan saya yakin dan tetap berusaha menyelesaikan skripsi saya hingga selesai				
3.	Jika dalam proses mengerjakan skripsi ada kesulitan, saya tidak yakin bisa menyelesaikannya				
4.	Jika saya mendapatkan revisi yang banyak dari dosen pembimbing, maka timbul rasa tidak yakin bisa mengerjakan dengan benar				
5.	Skripsi memang sulit, namun saya yakin bisa menyelesaikannya tepat waktu				
6.	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu				
7.	Saya tidak menguasai dalam mengerjakan skripsi				
8.	Saya bisa menguasai dalam mengerjakan skripsi				
9.	Saya berusaha menyelesaikan skripsi meskipun banyak kendala yang saya hadapi				
10.	Saya merasa tidak bisa menyelesaikan skripsi karena bagi saya sulit				
11.	Saya merasa tidak fokus dalam menyelesaikan skripsi karena banyak gangguan yang ada disekitar lingkungan saya				

12.	Saya semangat menyelesaikan skripsi karena saya yakin dapat menyelesaikannya tepat waktu				
13.	Saya yakin bisa menyelesaikan kendala yang saya hadapi				
14.	Saya memilih tetap mengerjakan skripsi meskipun tidak tahu hasilnya nanti seperti apa				
15.	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan skripsi dengan waktu yang cepat				
16.	Ketika banyak gangguan disekitar saya, saya tetap yakin bisa menyelesaikan skripsi dengan baik				
17.	Saya mudah menyerah jika mendapatkan revisian dari dosen pembimbing				
18.	Saya yakin bisa menyelesaikan skripsi dengan baik				
19.	Jika ada sebuah kesulitan, saya ragu dalam memperbaikinya				
20.	Jika semangat saya mulai menurun, saya tahu cara untuk membangkitkannya lagi untuk memulai mengerjakan skripsi				
21.	Saya kurang yakin dengan kemampuan yang saya miliki				
22.	Kegagalan bisa membuat saya memiliki motivasi untuk bangkit mengerjakan skripsi				

23.	Ketika saya malas mengerjakan skripsi, saya meyakinkan diri saya untuk bisa mengerjakan skripsi dengan giat				
24.	Saya berusaha lebih giat menyelesaikan skripsi meskipun banyak kesulitan				
25.	Ketika semangat saya turun, saya tidak yakin bisa menyelesaikan skripsi				

LAMPIRAN 2

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya mempunyai keluarga dan teman yang bisa diajak berbagi kesedihan dan kegembiraan mengenai skripsi saya				
2.	Saya mempunyai keluarga dan teman yang peduli dengan kondisi saya saat ini yang mengerjakan skripsi				
3.	Keluarga dan teman saya tidak peduli dengan kondisi saya saat ini				
4.	Saya tidak suka memendam sendiri masalah yang sedang saya hadapi				
5.	Saya bisa membicarakan masalah saya dengan keluarga dan teman				
6.	Saya malu bercerita kepada keluarga dan teman saat saya menghadapi masalah skripsi				

7.	Saya menyembunyikan keadaan saya saat ini dari keluarga dan teman				
8.	Sibuk mengerjakan skripsi hingga saya tidak mempunyai waktu untuk menceritakan keadaan saya kepada keluarga dan teman				
9.	Keluarga dan teman saya ada disaat saya membutuhkan mereka				
10.	Keluarga dan teman saya mendengarkan semua keluhan saya mengenai skripsi				
11.	Keluarga dan teman disekitar saya bersikap acuh kepada saya				
12.	Keluarga dan teman saya suka memberi saran kepada saya mengenai skripsi				
13.	Keluarga dan teman saya membantu dalam membuat keputusan				
14.	Keluarga dan teman saya tidak memberi saran ketika saya menghadapi masalah skripsi				
15.	Saran dan masukan dari keluarga dan teman saya berguna untuk diri saya				
16.	Keluarga dan teman saya merasa puas dengan apa yang telah saya lakukan untuk skripsi saya				
17.	Saya merasa dihargai ketika menceritakan masalah skripsi saya kepada keluarga dan teman saya				
18.	Ketika saya bercerita masalah skripsi mereka tidak mentertawakan nya				

19.	Saya terkena marah ketika menceritakan masalah skripsi yang saya alami saat ini				
-----	---	--	--	--	--

LAMPIRAN 3

SKALA PROKRASTINASI

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya tidak pernah menunda mengerjakan skripsi meskipun malas				
2.	Saya menunda revisian yang telah diberikan dosen pembimbing				
3.	Saya terbiasa santai-santai ketika mengerjakan skripsi				
4.	Saya bersegera mengerjakan skripsi agar skripsi saya selesai				
5.	Saya menunda mengerjakan skripsi dikarenakan referensi yang saya butuhkan sulit untuk ditemukan				
6.	Saya tetap menyempatkan mengerjakan skripsi meskipun kegiatan saya banyak				
7.	Saya mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi yang menyebabkan skripsi saya telat selesai				
8.	Saya tidak kesulitan dalam menyelesaikan skripsi dengan waktu yang telah ditentukan				

9.	Ketika banyak kegiatan yang saya lakukan maka saya harus membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan skripsi				
10.	Ketika ada kegiatan saya tidak teratur melakukan bimbingan skripsi				
11.	Rencana bimbingan skripsi menjadi tertunda karena ada banyaknya kegiatan				
12.	Saya membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyelesaikan skripsi				
13.	Saya santai dan tidak tergesah-gesah dalam menyelesaikan skripsi				
14.	Saya kesulitan menyelesaikan revisian dengan waktu yang telah ditentukan dosen pembimbing				
15.	Saya tidak bisa menyelesaikan revisian yang diberikan dosen pembimbing dengan tepat waktu				
16.	Saya memilih mengerjakan skripsi meskipun banyak kegiatan lain yang lebih menyenangkan				
17.	Saya rutin konsultasi dengan dosen pembimbing saya				
18.	Saya telah menyusun jadwal untuk mengerjakan skripsi, namun ketika waktu tiba saya sering gagal melakukannya karena kegiatan lain				
19.	Saya selalu mengerjakan skripsi saya meskipun teman-teman saya mengajak ngobrol				

20.	Saya tidak bermain <i>handphone</i> ketika mengerjakan skripsi				
21.	Ketika saya mendapatkan revisian dari dosen pembimbing, saya sering lupa mengerjakannya				
22.	Saya sering membayangkan saja untuk menyelesaikan skripsi				
23.	Ketika saya merasa bosan mengerjakan skripsi itu tidak membuat saya semakin tidak mengerjakan				
24.	Saya sering menunda mengerjakan skripsi karena saya lebih senang nongkrong				
25.	Saya lebih mengabaikan skripsi karena saya lebih menyukai aktivitas yang lebih menyenangkan				
26.	Saya tetap mengerjakan skripsi meskipun diajak teman atau keluarga saya liburan				
27.	Saya lebih memilih nongkrong daripada mengerjakan skripsi				

SE18	Pearson	.58	.65	.33	.14	.43	.17	.27	.52	.67	.37	.15	.59	.66	.62	.19	.47	.27	1	.30	.61	.22	.31	.57	.652*	.05	.731
	Correlation	0**	7**	6**	2	2**	5	8*	4**	6**	0**	1	8**	6**	9**	5	0**	6*		5**	1**	0	2**	0**	*	7	**
	Sig. (2-tailed)	.00	.00	.00	.22	.00	.13	.01	.00	.00	.00	.19	.00	.00	.00	.09	.00	.01		.00	.00	.05	.00	.00	.000	.62	.000
	N	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76
SE19	Pearson	.07	.12	.54	.56	.06	.39	.60	.12	.17	.67	.42	.16	.31	.07	.25	.17	.70	.30	1	.31	.64	.08	.15	.073	.31	.611
	Correlation	2	7	5**	0**	0	0**	8**	4	9	3**	5**	9	7**	1	6*	4	3**	5**		3**	3**	9	9		4**	**
	Sig. (2-tailed)	.53	.27	.00	.00	.60	.00	.00	.28	.12	.00	.00	.14	.00	.54	.02	.13	.00	.00		.00	.00	.44	.17	.529	.00	.000
	N	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76
SE20	Pearson	.41	.47	.25	.21	.43	.21	.18	.33	.55	.36	.29	.57	.47	.57	.09	.53	.29	.61	.31	1	.16	.41	.63	.597*	.07	.690
	Correlation	6**	0**	2*	9	5**	9	2	5**	2**	5**	0*	0**	6**	6**	3	6**	3*	1**	3**		3	6**	8**	*	8	**
	Sig. (2-tailed)	.00	.00	.02	.05	.00	.05	.11	.00	.00	.00	.01	.00	.00	.00	.42	.00	.01	.00	.00		.15	.00	.00	.000	.50	.000
	N	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76

SE24	Pearson																											
	Correlation	.403**	.589**	.213	.030	.433**	.000	.150	.361**	.612**	.280*	.108	.450**	.493**	.566**	.009	.383**	.107	.652**	.073	.597**	-.015	.405**	.736**	1	.031	.569**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.065	.800	.000	1.000	.196	.001	.000	.014	.354	.000	.000	.000	.938	.001	.355	.000	.529	.000	.899	.000	.000		.788	.000	
	N	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76
SE25	Pearson																											
	Correlation	.138	-.045	.414**	.285*	.045	.340**	.268*	.019	-.027	.408**	.315**	.061	.028	.003*	.285	.035	.255*	.057	.314**	.078	.130	.145	.055	.031	1	.349**	
	Sig. (2-tailed)	.235	.700	.000	.013	.701	.000	.013	.869	.819	.000	.006	.598	.812	.990	.013	.762	.026	.625	.006	.503	.265	.211	.638	.788		.002	
	N	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76
TOTAL	Pearson																											
	Correlation	.587**	.601**	.563**	.516**	.568**	.510**	.603**	.492**	.595**	.704**	.534**	.666**	.623**	.543**	.400**	.510**	.659**	.731**	.610**	.690**	.534**	.449**	.673**	.569*	.349**	1	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		
	N	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76	76

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

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

LAMPIRAN 5**HASIL UJI RELIABILITAS *SELF EFFICACY*****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	25

HASIL UJI RELIABILITAS DUKUNGAN SOSIAL**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	19

HASIL UJI RELIABILITAS PROKRASTINASI**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.877	27

LAMPIRAN 6

HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		76
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.67203671
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.066
	Negative	-.049
Test Statistic		.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
 b. Calculated from data.
 c. Lilliefors Significance Correction.
 d. This is a lower bound of the true significance.

HASIL UJI LINIERITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Unstandardized Residual	Between Groups	(Combined)	3266.206	73	44.743	1.234	.551
* Unstandardized Predicted Value	Linearity		.000	1	.000	.000	1.000
	Deviation from Linearity		3266.206	72	45.364	1.251	.546
Within Groups			72.500	2	36.250		
Total			3338.706	75			

LAMPIRAN 7

HASIL KATEGORISASI *SELF EFFICACY*

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	43	56.6	56.6	56.6
	Tinggi	33	43.4	43.4	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

HASIL KATEGORISASI DUKUNGAN SOSIAL

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	1.3	1.3	1.3
	Sedang	47	61.8	61.8	63.2
	Tinggi	28	36.8	36.8	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

HASIL KATEGORISASI PROKRASTINASI

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	5	6.6	6.6	6.6
	Sedang	68	89.5	89.5	96.1
	Tinggi	3	3.9	3.9	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

LAMPIRAN 8

HASIL UJI HIPOTESIS

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	115.449	6.484		17.804	.000
	SE	-.553	.087	-.617	-6.388	.000
	DS	-.141	.109	-.125	-1.291	.201

a. Dependent Variable: P

HASIL UJI KOEFISIEN

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.685 ^a	.469	.454	6.76282	.469	32.188	2	73	.000

a. Predictors: (Constant), SE, DS

HASIL UJI F

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2944.242	2	1472.121	32.188	.000 ^b
	Residual	3338.706	73	45.736		
	Total	6282.947	75			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

HASIL UJI T**Coefficients^a**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	115.449	6.484		17.804	.000
	SE	-.553	.087	-.617	-6.388	.000
	DS	-.141	.109	-.125	-1.291	.201

a. Dependent Variable: P

LAMPIRAN 9

SKOR SELF EFFICACY

N O	S E 1	S E 2	S E 3	S E 4	S E 5	S E 6	S E 7	S E 8	S E 9	SE 10	SE 11	SE 12	SE 13	SE 14	SE 15	SE 16	SE 17	SE 18	SE 19	SE 20	SE 21	SE 22	SE 23	SE 24	SE 25	TO TA L	
1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	67	
2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	81	
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	72	
4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	64	
5	4	4	3	3	4	1	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	81	
6	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	4	4	4	2	92	
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	99
8	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	63	
9	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	65	
1 0	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	2	4	4	4	3	2	2	3	3	3	80	

1 1	4	4	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	71	
1 2	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	67
1 3	4	3	3	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	90
1 4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	73
1 5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
1 6	3	4	3	2	4	2	3	3	4	3	1	3	3	4	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	73
1 7	3	4	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	4	4	1	71
1 8	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	77
1 9	2	3	2	2	3	1	2	3	4	2	1	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	3	4	2	61

2 0	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	81
2 1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	80	
2 2	3	4	3	1	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	1	72
2 3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
2 4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	66
2 5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
2 6	4	4	4	2	3	4	2	2	4	2	2	3	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	78
2 7	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	78
2 8	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	2	3	4	4	3	3	80	

2 9	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	70	
3 0	2	4	3	3	2	2	3	3	4	4	2	2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	76
3 1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	4	3	76
3 2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	3	2	80
3 3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	1	3	2	1	1	3	1	3	4	55
3 4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	83
3 5	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	76
3 6	4	4	3	2	4	2	3	4	4	3	2	4	4	4	2	4	2	4	3	4	2	3	4	4	3	82
3 7	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	2	2	3	1	81

47	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75		
48	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	72	
49	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	86	
50	1	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	58	
51	2	3	2	4	2	2	3	3	3	3	1	2	4	2	1	2	4	3	3	1	4	3	2	2	2	63	
52	3	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4	1	66	
53	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	75	
54	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	75	
55	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	91

5 6	4	4	4	1	4	3	2	2	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	80
5 7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	72
5 8	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	56
5 9	3	3	1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	3	3	4	3	1	2	2	2	2	4	2	2	3	61
6 0	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	61
6 1	4	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	65
6 2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	64
6 3	3	3	2	1	4	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	61
6 4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	54

6 5	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	60	
6 6	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	69	
6 7	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	93	
6 8	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	64	
6 9	3	4	1	2	4	3	3	3	4	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	72	
7 0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75	
7 1	2	4	4	4	2	2	4	3	4	4	4	3	4	2	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	82	
7 2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	70	
7 3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	90

74	4	4	3	3	4	4	1	3	4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	83
75	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	4	3	4	4	4	4	2	3	2	78
76	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	4	4	2	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	84

SKOR DUKUNGAN SOSIAL

NO	DS1	DS2	DS3	DS4	DS5	DS6	DS7	DS8	DS9	DS10	DS11	DS12	DS13	DS14	DS15	DS16	DS17	DS18	DS19	TOTAL	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	55
3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	55
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	54
5	4	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	59
6	3	2	3	4	2	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	2	2	3	3	3	42

37	2	3	3	4	2	1	1	3	3	1	2	2	1	3	2	3	1	3	2	42
38	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	55
39	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	60
40	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	53
41	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	64
42	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	69
43	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
44	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	73
45	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
46	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	60
47	4	4	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	57
48	4	4	4	3	4	2	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	62
49	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	64
50	1	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	4	40
51	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	48

52	3	4	4	4	3	2	3	1	3	2	4	3	4	2	3	3	2	3	2	55
53	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	70
54	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	56
55	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	65
56	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	3	3	2	3	3	4	4	1	1	42
57	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	3	56
58	3	3	1	1	3	1	2	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	52
59	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	1	58
60	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	44
61	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	50
62	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	47
63	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	53
64	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	52
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
66	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	2	2	4	3	3	3	58

2	2	2	2	1	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	54	
3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	67	
4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	76	
5	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	58	
6	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	4	2	3	2	4	1	2	2	1	2	70	
7	3	2	2	1	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	4	2	1	4	1	1	3	1	62	
8	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	70	
9	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	67	
10	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	2	3	2	3	1	2	2	1	1	1	1	54
11	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	67
12	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	1	4	3	2	1	3	1	68	
13	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2	2	2	2	58

1 4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	2	2	2	68	
1 5	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	61	
1 6	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	3	2	1	2	4	1	71	
1 7	2	2	1	2	3	1	3	3	3	3	3	4	4	1	2	3	1	2	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	64
1 8	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	69	
1 9	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	1	2	4	1	1	3	2	1	66	
2 0	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	63	
2 1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	61	
2 2	2	2	3	2	4	2	3	3	4	2	1	3	2	2	2	1	2	3	2	4	1	3	1	1	2	1	1	59	

2 3	1	1	2	1	1	1	3	1	2	4	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37
2 4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	68	
2 5	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	64	
2 6	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	1	2	3	1	2	67	
2 7	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	2	2	75	
2 8	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	2	3	3	4	2	4	2	2	2	3	2	2	72	
2 9	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	79	
3 0	3	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	70	
3 1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	61	

3 2	2	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	1	3	3	3	2	1	3	2	2	3	1	63	
3 3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	91	
3 4	1	2	2	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	3	2	4	1	2	1	1	2	55	
3 5	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	65
3 6	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	1	2	3	1	3	2	4	3	4	2	2	2	3	2	72	
3 7	3	2	3	3	1	2	2	2	3	4	3	3	2	2	1	3	2	4	2	4	1	3	3	3	3	3	3	2	69
3 8	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	70	
3 9	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	64	
4 0	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	65

4 1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56
4 2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	52
4 3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	68
4 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	42
4 5	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	71
4 6	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63
4 7	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	61
4 8	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68
4 9	2	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	56	

5 0	4	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	4	4	1	4	4	1	1	2	1	1	4	1	58
5 1	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	1	82
5 2	1	3	4	1	4	1	3	3	4	4	3	4	3	3	4	1	1	4	1	2	3	4	1	3	4	1	4	74	
5 3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	67
5 4	3	2	2	1	4	1	3	2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	1	2	3	1	67
5 5	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	55
5 6	3	2	3	1	3	1	4	3	4	4	4	4	4	1	2	4	2	3	4	1	1	4	3	3	2	3	3	2	74
5 7	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	70
5 8	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	80

59	1	2	3	4	3	1	2	3	1	3	3	1	1	3	2	1	2	2	3	3	4	4	2	2	3	2	3	64		
60	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	69		
61	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	66		
62	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	76	
63	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	78	
64	3	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	88	
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	79	
66	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	68
67	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	1	1	4	1	1	4	1	56		

6 8	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	70		
6 9	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	79		
7 0	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	63		
7 1	3	2	3	2	1	1	1	2	3	3	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	55	
7 2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	74		
7 3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	3	1	58	
7 4	4	4	4	4	3	2	1	2	3	2	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	80
7 5	4	2	4	3	2	3	2	2	2	2	4	4	2	1	2	2	3	1	4	3	2	2	4	3	1	4	2	2	70	
7 6	3	2	3	1	4	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	2	2	1	2	3	1	61	