

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA S1  
PSIKOLOGI UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**TESIS**

Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar  
Magister Sains Psikologi dengan Peminatan Psikologi Pendidikan



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



UIN SUSKA RIAU

**OLEH**

**RISDA NURAJAWATI**

**NIM.21960225498**

**UIN SUSKA RIAU**  
**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM**

**RIAU**

**2023**

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PENGESAHAN PENGUJI**

Tesis yang ditulis oleh


Nama : Rida Nurajawati  
NIM : 21960225498  
Judul Tesis : Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Psikologi UIN Sultan syarif kasim Riau


Telah dipertahankan di depan panitia Ujian hasil Tesis Program Studi Psikologi Program Magister Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi) dengan peminatan Psikologi Pendidikan.


Diuji pada  
Hari / Tanggal : 27 Juli 2023  
Bertepatan dengan : 9 Muharram 1445 H


**TIM PENGUJI**

  
(.....) **Ketua**  
**Dr. Vivik Shoflah, M.Si**  
NIP. 197610152005012004

  
(.....) **Sekretaris**  
**Dr. Tohrin, M.Pd**  
NIP. 196708121992031001

  
(.....) **Penguji I**  
**Dr. Yullta Kurnlawati Asra, M.Psi., Psikolog**  
NIP. 197807202007102003

  
(.....) **Penguji II**  
**Dr. Masyhuri, S.Psi., MSI.**  
NIP. 197711022008011010

  
(.....) **Penguji III**  
**Dr. Zuriatul Khalri, M.Ag., M.Si**  
NIP. 19651028 199803 1 005

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PERNYATAAN KEASLIAN DAN PERSYARATAN PUBLIKASI**

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa, Tesis yang berjudul :

**“Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Psikologi UIN Sultan syarif kasim Riau”**

1. Tesis ini merupakan karya penelitian saya sendiri dan tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik serta tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang tertulis dengan acuan yang disebutkan sumbernya, baik dalam naskah karangan dan daftar Pustaka. Apabila ternyata dalam naska tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, maka saya bersedia sanksi, baik tesis beserta gelar magister saya dibatalkan serta diproses sesuai dengan perturan perundang-undangan yang berlaku.
2. Publikasi Sebagian atau keseluruhan isi tesis pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim promotor sebagai author dan Magister Psikologi Universitas Sultan Syarif Kasim Riau sebagai institusinya.

Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan 1 dan 2, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Pekonbaru, Juli 2023  
Penulis,  
  
**Nurajawati**  
NIM. 21960225498

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**SURAT PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ridsa Nurajawati  
NIM : 21960225498  
Tempat/Tanggal Lahir : Bangkinang / 08 Desember 1995  
Fakultas : Psikologi  
Prodi : Magister Sains Psikologi  
Judul Tesis : **Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Psikologi UIN Sultan syarif kasim Riau**

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulis tesis ini dengan judul "Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Psikologi UIN Sultan syarif kasim Riau" adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya ilmiah saya sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Tesis saya ini, saya nyatakan bebas plagiat.
4. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Tesis saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, Juli 2023  
Penulis,



**Ridsa Nurajawati**  
NIM. 21960225498

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN



Tesis ini saya persembahkan untuk :

Bapak dan Ibuk Tersayang

“Amrin Nurhakim,S.Pd & “Syamierda, S.Pd”

Kedua adik kakak Tercinta Risnia Erma Yuliana, S.Pd & Muhamad Reski

Syamrinoper, S.Pd

Jazakallah Khairon Jaza’

RISDA NURAJAWATI,S.Psi

UIN SUSKA RIAU

## MOTTO HIDUP

“Jangan menyesali masa lalu, karena masa depan masih terbuka lebar.” – Utsman bin Affan RA



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur atas Rahmat yang Allah berikan kepada kita semua. Atas Rahmat-Nya berupa kesempatan dan pengetahuan sehingga tulisan ini bisa terselesaikan pada waktunya.

Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pembuatan tulisan ini sehingga tulisan ini dapat selesai dengan judul **“Hubungan Efikasi diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa S1 Psikologi UIN SUSKA Riau”** dalam rangka memenuhi tugas akhir tesis magister psikologi.

Sholawat serta salam senantiasa tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Rasul yang telah memberikan keteladan yang mulia dalam seluruh aspek kehidupan, termasuk didalamnya kerja keras, sabar, do’a, tawakkal, dan kegigihan dalam mencapai cita-cita. Serta tidak lupa pula sholawat dan salam untuk keluarga, sahabat dan seluruh umat yang mengikuti jejak dan langkahnya hingga akhir zaman.

Dalam proses pembuatan Tesis ini banyak pengalaman berharga yang dilalui dan dirasakan, pengalaman tersebut peneliti jadikan sebagai *tarbiyyah* untuk pendewasaan diri dan pemikiran. Yang pada akhirnya sampailah kepada puncak kebahagiaan, dengan terlewatnya berbagai jenjang tangga kehidupan. Semoga Allah selalu memberikan nikmat dan karunianya, supaya peneliti tetap semangat dalam meraih cita-cita dan seluruh impian.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Peneliti menyadari bahwa Tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu peneliti sangat membutuhkan masukan, arahan, dan perbaikan dari berbagai pihak, demi kemajuan ilmu pengetahuan. Atas bantuan, bimbingan dan dukungan yang telah diberikan, pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag, selaku Rektor UIN SUSKA Riau.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd selaku dekan Fakultas Psikologi. Bapak Dr.
3. Bapak Zuriatul Khairi, M. Ag., M.Si selaku Selaku Wakil Dekan I serta sebagai Pembimbing 1 yang senantiasa membimbing dan mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan Tesis ini dengan sangat baik.
4. Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si, Selaku Wakil Dekan II dan juga sebagai Penguji 1 serta Ibu Dr. Yuslenita Muda, M.Si., Selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau.
5. Ibu Dr. Yulita Kurniawaty Asra, M.Psi., Psikolog., Sebagai Ketua Program Studi Magister Psikologi UIN SUSKA Riau dan Bapak Dr. Masyhuri, M.Si., sebagai Sekretaris Program Studi Magister Psikologi UIN SUSKA Riau.
6. Bapak Dr. Tohirin, M.Pd selaku pembimbing 2 yang senantiasa membimbing dan mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan Tesis ini dengan sangat baik.
7. Seluruh dosen pada program studi Magister Psikologi UIN SUSKA Riau. Peneliti tidak dapat menyebutkan satu persatu. Terimakasih atas ilmu dan bimbingan yang telah diberikan selama ini, semoga ilmu yang diberikan dinilai sebagai amal jariyah, dan semoga ilmu yang diperoleh peneliti dapat membawa berkah dalam kehidupan.





**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seluruh pegawai dan civitas akademika Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Berkat bantuan dan pelayanan yang diberikan, akhirnya peneliti mampu menyelesaikan Tesis ini dengan baik.

Keluarga tercinta peneliti yang tiada henti memberikan cinta dan kasih sayang yang dibalut dalam support dan diperkuat dengan doa, sehingga peneliti mampu menyelesaikan studi magister psikologi

Seluruh pihak yang banyak membantu dan memperlancar penulisan karya ini, peneliti tidak dapat menyebutkan satu persatu serta peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya

Penulis sangat menyadari, karya ini tentunya masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, sekiranya ada saran dan kritik yang membangun dari pembaca akan terima dengan senang hati. Penulis berharap semoga karya ini memberikan banyak manfaat bagi penulis secara pribadi maupun bagi pembaca.

Pekanbaru, Juli 2023

**Risda Nurajawati**  
NIM. 21960225498

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR ISI**

<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO HIDUP</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	15
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	16
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>18</b>
A. Prokrastinasi Akademik .....	18
B. Efikasi Diri ( <i>Self efficacy</i> ) .....	28
C. Dukungan Sosial .....	37
D. Penelitian yang Relevan .....	50
E. Kerangka Berpikir .....	53
F. Hipotesis .....	58
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>60</b>
A. Jenis Penelitian .....	60
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	61
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	61
D. Variabel Penelitian .....	63
E. Defenisi Oprasional .....	63
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	66
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	71

<b>PENUTUP</b> .....	<b>100</b>
A. Simpulan .....	100
B. Saran .....	101

**DAFTAR PUSTAKA**

H. Analisis Data .....	79
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	80
B. Profil Lokasi Penelitian .....	81
C. Hasil Penelitian .....	82
D. Kategorisasi Data Penelitian .....	83
E. Uji Asumsi .....	88
F. Uji Hipotesis Penelitian .....	91
G. Analisis Tambahan .....	92
H. Pembahasan .....	93
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>100</b>
A. Simpulan .....	100
B. Saran .....	101

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**DAFTAR TABEL**

Tabel 1	Waktu Pelaksanaan Penelitian .....	61
Tabel 3.1	Rentang Skor Untuk Jawaban .....	66
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Akademik .....	68
Tabel 3.3	<i>BluePrint</i> Skala Efikasi Diri .....	69
Tabel 3.4	<i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial .....	70
Tabel 3.5	Blueprint Skala Prokrastinasi setelah Try Out .....	75
Tabel 3.6	Blueprint Skala Dukungan Sosial setelah Try Out .....	76
Tabel 3.7	Blueprint Skala Efikasi Diri setelah Try Out .....	77
Tabel 3.8	<i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Akademik Untuk Penelitian .....	77
Tabel 3.9	<i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial Untuk Penelitian .....	78
Tabel 3.10	<i>BluePrint</i> Skala Efikasi Diri Untuk Penelitian .....	79
Tabel 4.1	Profil Lokasi Penelitian .....	81
Tabel 4.2	Subjek Penelitian Berdasarkan jenis Kelamin .....	82
Tabel 4.3	Subjek Penelitian Berdasarkan Usia .....	82
Tabel 4.4	Subjek Penelitian Berdasarkan Semester .....	83
Tabel 4.5	Subjek Penelitian Berdasarkan Usia .....	84
Tabel 4.6	Deskriptif Variabel Dukungan Sosial, Efikasi Diri dan rokrastinasi Akademik .....	85
Tabel 4.7	Rentan Skor Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial .....	85
Tabel 4.8	Hasil Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial Orangtua .....	85
Tabel 4.9	Hasil Kategorisasi Tingkat Efikasi Diri .....	86
Tabel 4.10	Rentan Skor Kategorisasi Prokrastinasi Akademik .....	87
Tabel 4.11	Hasil Kategorisasi Tingkat Prokrastinasi Akademik .....	87
Tabel 4.12	Uji Normalitas .....	89
Tabel 4.13	Uji Linearitas .....	89
Tabel 4.14	Uji Linearitas Variabel Efikasi Diri Dan Prokrastinasi Akademik .....	90
Tabel 4.15	Hasil Uji Multikolinearitas .....	90
Tabel 4.16	Hasil Uji Koefisien Regresi Secara Simultan (Uji F) .....	91

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**


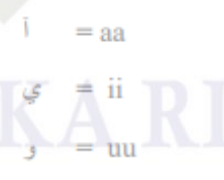
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 4.17 Subangan Efektif Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik .....	92
Tabel 4.18 Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik .....	93



## PEDOMAN TRANSLITERASI

Didalam naskah tesis ini banyak dijumpai nama dan istilah yang berasal dari bahasa Arab yang ditulis dengan huruf Latin. Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan tersebut adalah sebagai berikut :

ARAB Konsonan	LATIN		Vokal Pendek dan Panjang
	Nama Huruf	Konsonan	
ا	Alif	A	
ب	Ba	B	
ت	Ta	T	
ث	Tsa	Ts	
ج	Jim	J	
ح	Ha	H	
خ	Kha	Kh	
د	Dal	D	
ذ	Dzal	Dz	
ر	Ra	R	
ز	Za	Z	<b>Tanda Vokal Rangkap</b> 
س	Sin	S	
ش	Syin	Sy	
ص	Shad	Sh	
ض	Dhad	Dh	
ط	Tha	Th	
ظ	Dzha	Zh	<b>Tanda Vokal Panjang (Bunyi Madd)</b> 
ء	„Ain	„	
غ	Ghain	Gh	
ف	Fa	F	
ق	Qaf	Q	
ك	Kaf	K	
ل	Lam	L	
م	Mim	M	
ن	Nun	N	
و	Waw	W	
ه	Ha	H	
ح	Hamz h	“	
ي	Ya	Y	

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Risda Nurajawati

Magister Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau  
Risdanurajawati08@gmail.com

### ABSTRAK

Permasalahan prokrastinasi akademik seperti terlambat dalam menyelesaikan skripsi sering ditemui di perguruan tinggi dan merupakan permasalahan yang serius. Faktor penyebab terjadi prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti kondisi fisik dan psikologis, sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga, dukungan sosial orang tua, teman sebaya, masyarakat dan sekolah. Pentingnya memiliki efikasi diri dan dukungan sosial yang baik, merupakan faktor penting yang dapat mengurangi permasalahan prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa signifikan hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Penelitian ini dilakukan pada 406 mahasiswa psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dan memenuhi kriteria sebagai sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala efikasi diri, skala dukungan sosial dan skala prokrastinasi akademik. Analisis data dan pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan R-Square (SPSS). Hasil analisis menunjukkan bahwa *Pertama*, efikasi diri memiliki sumbangan efektif pada prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau yaitu sebesar 41.1%. *Kedua*, dukungan sosial memiliki sumbangan efektif pada prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau sebesar 35.3%. *Ketiga*, dukungan sosial dan efikasi diri memiliki pengaruh secara simultan terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau yaitu sebesar 45.9%. Sedangkan sisanya sebesar 54.1% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci:** *Efikasi Diri, Dukungan Sosial, Prokrastinasi Akademik*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## THE CORRELATION BETWEEN SELF-EFFICACY AND SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC PROCRASTINATION IN COMPLETING THESIS ON PSYCHOLOGY STUDENTS OF SULTAN SYARIF KASIM RIAU UNIVERSITY

**Risda Nurajawati**

Magister of Psychology State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### ABSTRACT

Academic procrastination issues, like being late in completing thesis are serious problem and frequently found in universities. Academic procrastination caused by internal and external factors. Internal factors such as physical and psychological conditions, while external factors are the family environment, social support of parents, peers, community and school. The importance of having good self-efficacy and social support is an important factor that can decrease the problem of academic procrastination. This study aims to determine how significant the correlation between self-efficacy and social support with academic procrastination in completing a thesis for psychology students at State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau. There were 406 psychology students of Sultan Syarif Kasim Riau University participated in this research and they have met the criteria as the sample. The instruments used in this research were self-efficacy scale, social support scale and academic procrastination scale. R-Square (SPSS) was utilized for data analysis and hypothesis testing in this research. The results of the analysis revealed that first, self-efficacy have an effective contribution to academic procrastination in completing thesis for psychology students at State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau, precisely at 41.1%. Second, social support have an effective contribution to academic procrastination in completing a thesis for psychology students at State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau by 35.3%. Third, social support and self-efficacy have a simultaneous effect on academic procrastination in completing a thesis for psychology students at State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau at 4.9%. While the remaining 54.1% is influenced by other factors.

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

UIN SUSKA RIAU



### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## العلاقة بين الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي والتسويق الأكاديمي في إكمال البحث لدى طلبة علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو

رسدا نوراجواتي

طالبة الماجستير في علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو

### ملخص

مشكلة التسويق الأكاديمي هي مثل التأخر في إكمال البحث في الجامعات وهي مشكلة خطيرة. العوامل التي تسبب التسويق الأكاديمي تتكون من عوامل داخلية وخارجية. العوامل الداخلية مثل الظروف الجسدية والنفسية، بينما العوامل الخارجية هي البيئة الأسرية، والدعم الاجتماعي والوالدين، والأقران والمجتمع، والمدرسة. تعد أهمية وجود الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي الجيد عاملين مهمين يمكن أن يقلل مشكلة التسويق الأكاديمي. يهدف هذا البحث إلى معرفة مدى أهمية العلاقة بين الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي والتسويق الأكاديمي في إكمال البحث لدى طلبة علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو. تم تنفيذ هذا البحث على ٤٠٦ من طلاب علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو واستوفوا المعايير كعينة. الأدوات المستخدمة في هذا البحث هي مقياس الكفاءة الذاتية، ومقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس التسويق الأكاديمي. استخدم تحليل البيانات واختبار الفرضيات في هذا البحث - سقوير (البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية). تظهر نتائج التحليل أولاً، أن الكفاءة الذاتية لها مساهمة فعالة في التسويق الأكاديمي في إكمال البحث لدى طلبة علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو بنسبة ٤١,١%. ثانياً، أن الدعم الاجتماعي له مساهمة فعالة في التسويق الأكاديمي في إكمال البحث لدى طلبة علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو بنسبة ٣٥,٣%. ثالثاً، الدعم الاجتماعي والكفاءة الذاتية لهما تأثير متزامن على التسويق الأكاديمي في إكمال البحث لدى طلبة علم النفس بجامعة السلطان الشريف قاسم الإسلامية الحكومية رياو بنسبة ٤٥,٩%. بينما تتأثر نسبة ٥٤,١% المتبقية بعوامل أخرى

**الكلمات المفتاحية: الكفاءة الذاتية، الدعم الاجتماعي، التسويق الأكاديمي**

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012). Perguruan Tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi. Tujuan pendidikan tinggi dapat tercapai apabila Tridharma Perguruan Tinggi dapat terlaksana, yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, penelitian dan pengabdian pada masyarakat, (UU RI Nomor 12 tahun 2012).

Kedudukan mahasiswa sebagai seorang akademisi di perguruan tinggi akan selalu berhadapan dengan tugas-tugas perkuliahan yang bersifat akademik. Adapun yang bersifat akademik seorang mahasiswa tidak terlepas dari tugas yang diberikan oleh masing-masing dosen pada setiap mata kuliah hingga penyelesaian tugas akhir yaitu skripsi (Damri, 2014). Skripsi sebagai salah satu jenis karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa berdasarkan hasil penelitian yang memenuhi syarat-syarat ilmiah dan dapat digunakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Wulan dan Abdullah, 2014). Siaputra (2012) menyatakan, skripsi adalah salah satu tugas

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

akademik yang menjadi sarana penundaan penyelesaian studi, sebab tidak semua mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi tepat waktu. Karya ilmiah berupa skripsi merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana, mahasiswa tidak semata-mata dengan mudah mengerjakan skripsi sehingga terjadi penundaan atau keterlambatan dalam mengerjakan skripsi atau disebut dengan penundaan skripsi. Mahasiswa dihadapkan pada permasalahan baik akademik maupun non akademik yang dapat menimbulkan penundaan atau keterlambatan dalam mengerjakan skripsi. Kecenderungan untuk menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas secara keseluruhan disebut dengan prokrastinasi. Hal ini sesuai dengan pandangan Ferrari(1995) yang menyatakan bahwa prokrastinasi sebagai penundaan sehingga banyak waktu yang terbuang dengan sia-sia. Berdasarkan *survey* yang dilakukan Solomon dan Rothblum (1984), 46% mahasiswa melakukan penundaan pengerjaan tugas dan 27,6 % pelajar melakukan penundaan belajar sebelum ujian. Burka & Yuen (2008) memperkirakan prokrastinasi pada mahasiswa mencapai 75%, dengan 50% dari mahasiswa melaporkan bahwa mereka prokrastinasi konsisten dan menganggapnya sebagai masalah. Selanjutnya pada penelitian Wulan dan Abdullah, (2014) menjelaskan bahwa 95% dari mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Berbagai falsafah dan ajaran agama berusaha menggambarkan arti penting dari waktu. Misalnya, falsafah dari Arab “*al waqtu kash shoif*” yang

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berarti waktu ibarat pedang atau falsafah Barat “*time is money*”, waktu adalah uang. Agama Islam juga memiliki pandangan mengenai waktu, yang tertulis dalam ayat-ayat Al-Qur’an (Pramudia, 2008). Hal ini tidaklah berlebihan karena aspek waktu sering dijadikan tolak ukur sebuah keberhasilan dalam aktivitas manusia, terlebih pada era globalisasi saat ini.

Menurut Ferrari (1995) menjelaskan bahwasanya mahasiswa yang memiliki standard prokratinasi akademik akan menunjukkan karakteristik seperti gagal dalam menepati deadline dalam menyelesaikan skripsi, memicu perasaan cemas, kesenjangan antara rencana dan kinerja actual dan memiliki sikap keraguraguan. Prokrastinasi akademik yang berkelanjutan dan dilakukan secara terus menerus tanpa ada solusi dapat menyebabkan hal yang sangat merugikan bagi mahasiswa itu sendiri. Mulai dari semakin bertambahnya usia sehingga sulit mendapatkan pekerjaan setelah tamat kuliah bahkan dalam akademik sendiri mahasiswa yang terlanjur dan terus menerus melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi dapat terancam *Drop Out* sehingga tidak mendapatkan gelar sarjana setelah menempuh jenjang pendidikan tinggi dengan jangka waktu yang cukup lama.

Permasalahan prokrastinasi akademik seperti terlambat dalam menyelesaikan skripsi sering ditemui di perguruan tinggi. Seperti yang terjadi pada mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shofiah (2012) yang menyatakan bahwa banyak mahasiswa

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

melakukan prokrastinasi akademik dalam tugas review jurnal, meresume pelajaran, karya ilmiah atau studi kasus dan makalah, belajar untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian, membaca, mengunjungi perpustakaan dan menghadiri pertemuan atau diskusi. Selain itu prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi juga dilakukan oleh mahasiswa hal tersebut berdasarkan wawancara awal sebelum penelitian yang telah dilakukan pada tiga orang mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau pada tanggal 08 Desember 2021. Wawancara dengan mahasiswa berinisial NOF semester IX sebagai berikut:

“dari awal saya berkeinginan untuk cepat wisuda, tapi dalam proses perjalanan mengerjakan skripsi saya banyak bingung dan buntu setelah mendapatkan banyak perbaikan yang harus saya kerjakan, terkadang sulit sekali untuk menentukan waktu yang tepat dalam setiap memulai mengerjakan skripsi, karena harus di barengi dengan membantu ibu menjaga toko”

Wawancara dengan mahasiswa berinisial AD semester XI sebagai berikut :

“semua mahasiswa pasti ada saat nya kan wisuda, saya emang agak lama dalam mengerjakan skripsi karena dibarengi dengan hobi saya bermain music di salah satu café di Pekanbaru, saya juga butuh waktu untuk memahami proses bimbingan serta saya juga mempersiapkan dan membagi waktu saya dalam mengerjakan skripsi. Belum lagi dengan hafalan juz amma di kampus sudah membuat saya pusing untuk mengerjakan yang mana dahulu”

Wawancara dengan mahasiswa berinisial TI smester XI sebagai berikut :

“alhamdulillah judul saya sudah diterima dan sudah dapat pembimbing, tapi dalam mengerjakan skripsi saya cepat merasa bosan dan lebih memilih beraktifitas kepada hal hal diluar pembuatan skripsi seperti nongkrong dan Mabar game dengan teman-teman yang lain.”

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa di kalangan mahasiswa, prokrastinasi juga banyak dilakukan pada penyelesaian skripsi. Kecenderungan mahasiswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik terlihat pada adanya penundaan untuk memulai mengerjakan tugas skripsi, terlambat mengerjakannya dan mengalihkan terhadap aktivitas lain yang lebih menyenangkan, serta tidak menjadikan tugas skripsi sebagai prioritas utama yang harus diselesaikan. Hal ini sesuai dengan pandangan Ferrari (1995) yang menyatakan ciri-ciri prokrastinasi akademik terbagi empat yaitu penundaan untuk mulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Ferrari (1995) menyatakan bahwa prokrastinasi merupakan keputusan yang dibuat-buat ketika kita bertindak, kecenderungan yang berlawanan dengan dorongan hati dan bertindak tanpa pertimbangan yang matang. Prokrastinasi dapat berupa penundaan dalam menyelesaikan tugas pekerjaan baik di kehidupan sehari-hari ataupun tugas akademik penyelesaian skripsi. Jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik disebut prokrastinasi akademik (Ghufron dan Risnawita, 2011). Selain itu Ferrari (1995) menyatakan menunda penyusunan skripsi dapat dikatakan sebagai prokrastinasi akademik, yaitu jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan akademik.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Knaus (dalam Aggraeini dkk, 2008) mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan menunda aktivitas yang tidak ada gunanya bagi dirinya maupun orang lain atau penundaan aktivitas yang relevan sampai hari berikutnya. Burka dan Yuen mengemukakan bahwa prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusnya sebagai pekerja atau pelajar. William dalam Burka dan Yuen memperkirakan bahwa 90% mahasiswa dari perguruan tinggi telah menjadi seorang prokrastinator, 25% adalah orang suka menunda nunda kronis dan mereka adalah pada umumnya berakhir mundur dari perguruan tinggi (Tondok, 2008). Solomon dan Rothblum (1984) melakukan penelitian di salah satu Universitas di Amerika Serikat dengan jumlah subjek sebanyak 322 orang. Data prokrastinasi tugas akademik terungkap bahwa 46% subjek penelitian melakukan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi (Tondok, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Lowinger, dkk (2016) pada 6 universitas di Amerika Serikat, tentang “*Predictors of Academic Procrastination in Asian International College Students*” menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa tergolong tinggi, karena hasil penelitian menunjukkan 32.7% dari 255 mahasiswa. Penelitian yang dilakukan Duru dan Balkis (2017) tentang “*Procrastination, Self-esteem, Academic Performance, and Well-being (A Moderated Mediation Model)*” menyatakan bahwa dari 348 mahasiswa, menunjukkan bukti penundaan dan harga diri merupakan prediktor penting bagi kesejahteraan. Hasilnya menunjukkan bahwa baik prokrastinasi maupun kinerja akademik bersifat langsung dan efek interaktif pada harga diri.

Harga diri memediasi hubungan antara penundaan dan kesejahteraan. Selanjutnya, efek tidak langsung penundaan pada kesejahteraan melalui mediasi harga diri dapat bervariasi tergantung pada kinerja akademis.

Penelitian yang dilakukan oleh Aziz (2015) tentang “Model Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pascasarjana menunjukkan bahwa prokrastinasi terjadi pada mahasiswa magister di Universitas Islam Negeri Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dan konsep diri akademik subjek penelitian berada pada kategori tinggi, sedangkan ketakutan terhadap kegagalan subjek berada pada kategori rendah; konsep diri akademik berpengaruh sebesar 33% terhadap tinggi rendahnya prokrastinasi akademik subjek; dan konsep diri tidak berpengaruh secara tidak langsung terhadap prokrastinasi akademik melalui variabel ketakutan terhadap kegagalan. Namun, ketika variabel ketakutan terhadap kegagalan dikorelasikan dengan prokrastinasi ditemukan hubungan yang signifikan. Artinya semakin tinggi tingkat ketakutan terhadap kegagalan, maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademiknya. Hasil ini diambil dengan sampel 70 mahasiswa.

Prokrastinasi yang terjadi di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau mengalami peningkatan. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Siska Juliana Saputri (2014), hasil yang diperoleh dari analisis kategorisasi skor prokrastinasi berada pada kategori rendah. Yang mana merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan skripsi dan mengalihkannya terhadap aktivitas lain yang lebih menyenangkan, serta

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



tidak menjadikan skripsi tersebut sebagai prioritas utama yang harus diselesaikan. Subjek penelitian adalah mahasiswa UIN SUSKA Riau yang sudah memiliki dosen pembimbing skripsi. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan simple random sampling dengan jumlah sampel 270 orang. Dalam penelitian ini terdapat hubungan negative prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa UIN SUSKA Riau. Kecenderungan mahasiswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik terlihat pada adanya penundaan untuk memulai mengerjakan tugas skripsi, terlambat mengerjakannya dan mengalihkan terhadap aktivitas lain yang lebih menyenangkan, serta tidak menjadikan tugas skripsi sebagai prioritas utama yang harus diselesaikan.

Penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada mahasiswa juga dilakukan penelitian oleh Vivik Shofiah dan Putri Sari Indah (2012) yang mana prokrastinasi dihubungkan dengan ketidakjujuran akademik diketahui bahwa perilaku penundaan atau prokrastinasi akademik mahasiswa terhadap tugas tergolong sedang yaitu sebanyak 121 orang (78,06%) dari semua sampel penelitian yang berjumlah 155 orang, sedangkan selebihnya ada yang masuk kedalam kategori sangat tinggi sebanyak 17 orang (10,96%), 17 mahasiswa selalu melakukan penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, selalu terlambat dalam mengerjakan tugas, selalu terjadi kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja, selalu melakukan aktivitas lain untuk mengalihkantugas-tugas kuliah. dan 17 orang (10,96%) masuk kedalam

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kategori rendah. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa psikologi UIN SUSKA Riau, secara umum memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang sedang.

Burka & Yuen (2008: 2) menyatakan terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi, antara lain: pertama, faktor internal berupa kecemasan, stress, ketakutan dan kondisi fisik (kelelahan). Kedua, faktor eksternal yaitu kondisi lingkungan berupa dukungan atau tekanan yang diperoleh dari hubungan dengan orang lain, atau tempat tinggal individu tersebut. Burka & Yuen (2008:254-255) menyarankan salah satu faktor eksternal penting yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi ialah dukungan sosial.

Banyak faktor yang mempengaruhi prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa, di antaranya dukungan sosial dari teman dan keluarga. Hal ini sesuai dengan pandangan Pradinata dan Susilo (2016) yang menyatakan terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi, salah satunya adalah kondisi lingkungan berupa dukungan atau tekanan yang diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat, atau tempat tinggal individu tersebut. Jadi, dukungan sosial yang diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat yang akan berdampak pada perilaku prokrastinasi individu.

Menghadapi penyebab prokrastinasi akademik tersebut diperlukan dukungan sosial. Dukungan atau bantuan yang diberikan orang lain yang

peduli dan menghargai individu lain melalui komunikasi dan hubungan sosial, dalam bidang psikologi disebut dengan dukungan sosial. Dukungan sosial adalah tersedianya orang-orang yang dapat mempercayakan atau menyandarkan diri orang-orang yang membiarkan mengetahui bahwa mereka peduli, menghargai, dan mencintai serta rela membantu untuk memenuhi kebutuhan psikososial dan sumber kebutuhan orang lain (Levine, Basham & Sarason, 1983, dalam Solomon, 2004). Dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan (Andarini dan Fatma 2013). Dukungan sosial yang diberikan teman-teman akan sangat membantu mahasiswa dalam menyelesaikan studinya, dengan adanya dukungan sosial mahasiswa yang menghadapi masalah akan bangkit untuk menyelesaikan masalah tersebut

Fibriana (2009) menjelaskan bahwa dukungan sosial mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa karena dengan adanya dukungan sosial sangat efektif membantu individu khususnya mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Apabila individu memperoleh dukungan sosial berupa perhatian, ia akan lebih mempunyai kemantapan diri yang baik serta memiliki sikap yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan termasuk dalam menyelesaikan skripsinya.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jadi, dukungan sosial berupa perhatian dapat memantapkan diri dan menimbulkan sifat positif seperti bisa menerima kenyataan, berfikir positif, membangun kemandirian yang nantinya akan berpengaruh dalam proses penyelesaian skripsinya.

Penelitian dari Murni (2018) meneliti hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi dalam menghafal juz amma pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi dalam menghafal juz amma pada mahasiswa dengan nilai  $r = -0,132$  ( $p = 0,021 < 0,05$ ). Artinya dukungan sosial memiliki hubungan dengan prokrastinasi dalam menghafal juz amma. Dukungan sosial diperoleh melalui teman sebaya dapat membantu mahasiswa untuk menghindari prokrastinasi.

Penelitian selanjutnya oleh Sholihin (2018) dengan judul hubungan antara motivasi berprestasi dan konformitas dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi UIN SUSKA Riau” berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa terdapat hubungan prokrastinasi akademik apabila ditinjau dari motivasi berprestasi dan konformitas dengan signifikan 0,00 dan sumbangsi (provorsi varians) variabel motivasi berprestasi dan konformitas terhadap prokrastinasi akademik sebesar 42,4% lalu hasil analisis diketahui bahwa motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik sebesar 9,20% dan hasil dari analisis konformitas terhadap prokrastinasi akademik sebesar 33,10%.

Selain dukungan sosial faktor lain yang ikut mempengaruhi prokratinasi akademik adalah efikasi diri. Hal ini sesuai dengan pandangan Ferrari (1995) yang menyatakan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor, salah satunya faktor internal yang meliputi kepercayaan diri, kontrol diri, efikasi diri, motivasi, regulasi diri, kesadaran diri dan *self-critical*. Hal senada juga terdapat dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Damri (2014) yang menyatakan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Jadi dapat disimpulkan individu yang memiliki efikasi diri akan bisa meminimalisir perilaku prokrastinasi dalam dirinya.

Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (menurut Bandura dalam Ghufroon dan Rini, 2014). Bandura menyatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan menuangkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai sesuatu yang diinginkan. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah akan menghindari atau mengundur waktu dalam mengerjakan tugas, usaha yang dilakukan menurun dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul. Hal tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri membuat mahasiswa lebih yakin akan kemampuan yang mereka miliki untuk menyelesaikan tugas-tugas kuliah yang menjadi tanggung jawab sebagai mahasiswa, tidak membuang waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan dan segera menyelesaikan tugas-tugas kuliah tersebut.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Perilaku-perilaku prokrastinasi yang muncul pada mahasiswa menggambarkan bahwa betapa riskan perilaku prokrastinasi akademik terjadi pada kalangan mahasiswa. Beban yang dirasakan mahasiswa termasuk berat bahkan jika menurut mahasiswa sudah melampaui batas kemampuan, maka yang akan terjadi, mahasiswa akan memilih untuk menunda bahkan menghindar untuk mengerjakan tugas-tugas akademik. Menurut penulis, perilaku prokrastinasi terjadi pada mahasiswa di Psikologi UIN SUSKA Riau yang mana berdasarkan Observasi penulis selama penulis berkuliah. Beberapa mahasiswaakan mengerjakan tugas yang diberikan dosen ketika tugas itu hendak dikumpulkan di keesokan harinya, begitu banyak waktu terbunag untuk hal lain daripada mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen. Fenomena prokrastinasi akademik perlu perhatian secara khusus dari pemimpin universitas, prodi dan dosen, untuk meminimalisir atau mencegah perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa, agar mahasiswa dapat menyelesaikan studi tepat waktu.

Zusya dan Akmal (2016) menyatakan efikasi diri memiliki peranan cukup penting dalam dinamika kemunculan prokrastinasi. Adanya keyakinan dalam diri dan harapan keberhasilan yang tinggi membuat seseorang memiliki keinginan yang tinggi untuk mencapai tujuannya, sehingga tingkat prokrastinasi rendah dan sebaliknya. Mahasiswa yang memiliki efikasi diritinggi akan menuangkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk dapat mencapai sesuatu yang diinginkan. Sedangkan mahasiswa yang memiliki

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

efikasi dirirendahkan menghindari semua tugas, usaha yang dilakukan menurun dan menyerah dengan mudah ketika masalah muncul. Hal tersebut menunjukkan bahwa effikasi diridapat membuat mahasiswa lebih yakin akan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya sebagai mahasiswa, tidak membuang waktu dalam mengerjakan tugas yang diberikan dan segera menyelesaikan tugastersebut

Penelitian berikutnya yang juga membahas tentang hubungan antara dukungan sosial dan efikasi diri dengan prokrastinasi adalah penelitian Putri kusuma wardani (2018) dengan judul hubungan antara *self efficacy* dengan perilaku prokratinasi akademik pada mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian tersebut membuktikan bahwasanya dari 200 orang mahasiswa terdiri atas 29 laki-laki dan 171 perempuan menunjukkan terdapat hubungan secara signifikan dengan nilai r sebesar 0,829 dan nilai signifikansi 0,000. Selain itu, pada penelitian Fitri Reski Ananda (2017) dengan judul hubungan antara kontrol diri dan dukungan sosial dengan prokratinasi akademik. Penelitian tersebut menunjukkan hubungan antara dukungan sosial dengan prokratinasi dengan 257 siswa SMK Farmasi Ikasari Pekanbaru dengan nilai F sebesar 73,473 dengan nilai p sebesar 0,000.

Dukungan sosial secara tidak langsung akan mempengaruhi perilaku prokrastinasi pada mahasiswa dengan cara memberi masukan ataupun himbauan guna menyelesaikan tugas skripsi tepat waktu. Selain itu efikasi diri dalam diri seorang mahasiswa dapat menimbulkan keyakinan dalam hal

menyelesaikan studi termasuk menyelesaikan skripsi, dengan adanya efisiensi diri mahasiswa bisa lebih percaya diri terkait kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi sesuai waktu yang telah ditentukan dan meminimalisir prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian yang dikemukakan di atas, penulis memahami bahwa prokrastinasi akademik selalu dialami mahasiswa. UIN SUSKA Riau, dari hasil observasi yang penulis lakukan, tampak beberapa fenomena prokrastinasi mahasiswa UIN SUSKA Riau. Mahasiswa sering menunda mengerjakan tugas, mahasiswa sering mengerjakan tugas saat batasan akhir pengumpulan sudah mendekati akhir, belum memiliki tema untuk mengerjakan tugas akhir atau skripsi dan belum mengajukan judul skripsi. Kendala yang dihadapi mahasiswa UIN SUSKA Riau, antara lain kurangnya efisiensi diri dan dukungan sosial.

Berdasarkan fenomena dan uraian di atas peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai prokrastinasi, efisiensi diri, dukungan sosial dengan judul **“Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi UIN SUSKA Riau”**

### B Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang terpapar di atas dalam latar belakang masalah maka peneliti membuat rumusan masalah yaitu :

1. Apakah ada hubungan antara efisiensi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi UIN SUSKA Riau?

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi UIN SUSKA Riau?

Apakah ada hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi UIN SUSKA Riau ?

**Tujuan dan Manfaat Penelitian**

**1. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran empiris mengenai hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi UIN SUSKA Riau.

**2. Manfaat Penelitian**

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian dapat dijadikan acuan untuk mahasiswa psikologi yang akan melakukan penelitian berkaitan dengan Prokrastinasi akademik, efikasi diri dan dukungan sosial , serta dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya, dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi, berkaitan dengan variabel penelitian

b. Manfaat Praktis

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian

ini juga diharapkan dapat memberikan informasi mengenai teori Prokrastinasi, efikasi diri dan dukungan sosial dan melihat bagaimana tinggi dan rendahnya prokrastinasi akademik.



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Pengertian Prokrastinasi akademik

Ferrari (1995) mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi, karna prokrastinasi ini melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang terkait satu dengan yang lainnya. Prokrastinasi biasa dikatakan suatu penundaan atau kecenderungan menunda-nunda memulai suatu kerja. Prokrastinasi juga bias dikatakan penghindaran tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas. Prokrastinasi juga bias sebagai suatu trait atau kebiasaan seoran terhadap respon dalam mengerjakan tugas. Pada ahirnya prokrastinasi yang kronis biasanya dilabelkan pada seseorang sebagai sifat pemalas, lamban, tidak berambisi dari beberapa sifat yang dilabelkan tersebut menunjukkan rendahnya orientasi kemampuan sosial.

Ferrari (1995) menyimpulkam bahwa pengertian prokrastinasi dapat dipandang dari batasan tertentu, antara lain:

- a) Prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu setiap perbuatan yang menunda dalam mengerjakan suatu tugas, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan.
- b) Prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan sudah merupakan

respon yang tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional.

- c) Prokrastinasi sebagai suatu trait kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi bukan hanya sebuah perilaku penundaan saja tetapi merupakan trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lainnya yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung atau tidak langsung.

Solomon dan Rothblum (1984) menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irasional yang dimiliki oleh seorang *procrastinator*. Seorang *procrastinator* memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak melakukan dengan segera, karena itu akan menghasilkan suatu yang tidak maksimal, dengan kata lain penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas, dan penundaan tersebut disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional dalam memandang tugas. Procrastinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat bagi dirinya (sebagai tugas yang primer), hingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah pada dirinya. Ferrari (1995) membagi prokrastinasi menjadi dua, yaitu:

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. *Functional procrastination*, yaitu penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- b. *Disfunctional procrastination*, yaitu penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek dan menimbulkan masalah.

Dari berbagai pendapat para ahli di atas dapat dipahami bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku mahasiswa yang menunda-nunda tugas akademik salah satunya adalah penulisan skripsi dan mengalihkan terhadap aktivitas lain yang lebih menyenangkan, serta tidak menjadikan tugas akademik tersebut sebagai prioritas utama yang harus diselesaikan.

## 2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari (1995) mengatakan bahwa prokrastinasi sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, aspek-aspek tersebut berupa :

- a. *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Procrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensinya negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. Tanpa terasa waktu yang sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.
- b. *Intention-avtion*, celah antara keinginan dan tindakan. Perbedaan antara tindakan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula ada kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. Seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya tiba dia tidak juga melakukan sesuatu dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.
- c. *Perceived ability*, yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri. Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

Solomon dan Rotblum (1984) menjelaskan bahwasanya terdapat dua (2)

macam procrastinator yaitu :

- a. *The Teme Type*, yaitu tipe yang sering sekali merasa tekanan yang sama kuat antara keinginan untuk menjadi sukses dan ketakutan akan gagal.
- b. *The Relaxed Type*, yaitu tipe yang sering memandang sisi buruk dari tugas ataupun pekerjaan mereka yang berusaha melupakannya, sehingga mencari aktivitas lain yang sifatnya lebih menyenangkan.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat dipahami bahwa perilaku prokrastinasi akademik memiliki ciri-ciri yaitu penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

### 3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Ghufon (2012) menyatakan seseorang melakukan prokrastinasi akademik dipengaruhi dua faktor, yakni:

- a. Faktor internal

Yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu, faktor ini yang mempengaruhi individu untuk melakukan prokrastinasi, faktor-faktor itu meliputi: kondisi fisik individu, kondisi fisik atau kondisi kesehatan,

kondisi psikologis (trait kepribadian yang dimiliki individu turut mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi), misalnya hubungan kemampuan sosial, tingkat kecemasan, tingkat efikasi diri, kontrol diri yang rendah, Millgram (dalam Ghufron,2012).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal salah satu yang ikut menyebabkan kecenderungan munculnya prokrastinasi akademik dalam diri seseorang, antara lain faktor lingkungan keluarga yang meliputi pola asuh dan kondisi lingkungan dukungan sosial orang tua, dukungan sosial teman sebaya, masyarakat dan sekolah.

Solomon & Rothblum (1984:503) menyebutkan bahwa prokrastinasi terjadi tidak hanya dikarenakan oleh manajemen waktu yang buruk dan kebiasaan belajar yang salah saja, tetapi juga berkaitan dengan interaksi antara komponen perilaku, kognitif dan afeksi si pelaku. Secara spesifik, Solomon dan Rothblum (1984) membagi faktor-faktor penyebab prokrastinasi sebagai berikut ini:

1) Perasaan takut gagal

Banyak orang yang melakukan prokrastinasi karena merasa gelisah atas penilaian atau kritikan orang lain. Mereka takut apabila orang lain menemukan kekurangan pada tugas yang telah dikerjakannya. Rasa takut tersebut muncul karena mereka terlalu khawatir apabila ia gagal mengerjakan tugasnya dengan baik. Kekhawatiran yang berlebihan dapat

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



disebabkan oleh rasa kurang percaya terhadap kemampuan diri. Standar tinggi yang ditetapkan oleh pihak Universitas dapat juga membuat mahasiswa menjadi semakin takut jika tidak dapat mencapai standar tersebut. Pada akhirnya, para mahasiswa lebih memilih untuk menghindari rasa takutnya tersebut dengan tidak melakukan apa-apa.

2) Cemas (*anxiety*)

Rasa cemas disebabkan oleh rasa khawatir atau takut yang berlebihan. Kekhawatiran tersebut dapat muncul dari pemikiran irasional atau dari rasa trauma. Kecemasan yang berlebih dapat memunculkan gangguan-gangguan fisik seperti sakit perut, kepala pusing, ingin buang air kecil atau buang air besar dan gangguan lainnya. Akibatnya, seseorang yang mengalami kecemasan menjadi tidak fokus dalam mengerjakan tugasnya.

3) Memiliki standar yang terlalu tinggi (*Perfectionism*)

Seseorang yang perfeksionis akan mematok standar tujuannya terlalu tinggi dan mempunyai ambisi yang berlebihan. Pemikiran ini cenderung merujuk pada individu yang mengevaluasi kualitas dirinya terlalu ekstrim. Orang perfeksionis secara tidak langsung menciptakan pemikiran yang tidak realistis dan tekanan (pikiran dan batin) yang sebenarnya mengganggu.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4) Kurang percaya diri (*Low Self-Confidence*)

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki harapan yang realistis. Bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya.

5) Menganggap tugas adalah suatu hal yang tidak menyenangkan (*Perceived Aversiveness of the Task*)

Menganggap tugas sebagai sesuatu hal yang tidak menyenangkan merupakan hasil pemikiran irasional. Dengan berpikir negatif seperti itu menjadikan mahasiswa tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas. Faktor ini berhubungan dengan ketidaksukaan akan terlibat dalam aktivitas akademik dan kurangnya energi atau semangat dari mahasiswa.

Mengapa seseorang dapat menjadi prokrastinator (sebutan untuk pelaku prokrastinasi. Menurut pandangan teori Reinforcement menyatakan bahwa prokrastinator tidak pernah atau jarang menerima hukuman. Bahkan seorang pelaku prokrastinator merasa diuntungkan karena dengan menunda pengerjaan suatu tugas pada akhirnya selesai juga. Sedangkan teori cognitive behavioral menjelaskan bahwa perilaku menunda akibat dari kesalahan dalam berpikir dan adanya

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pikiran-pikiran yang irasional terhadap tugas seperti takut gagal dalam penyelesaian suatu tugas.

Kerugian lain yang ditimbulkan dari sikap prokrastinasi akademik adalah tugas tidak terselesaikan, atau terselesaikan namun hasilnya tidak maksimal, karena dikejar deadline. Menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Di samping itu, sulit berkonsentrasi karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah.

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi ada dua kategori, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal yaitu kondisi fisik individu, kondisi fisik atau kondisi kesehatan, kondisi psikologis. Faktor eksternal berasal dari luar diri individu berupa dukungan dari orang tua, dukungan dari teman sebaya, dan juga kondisi lingkungan.

#### 4. Prokrastinasi akademik dalam Pandangan Islam

Dalam perspektif Islam para penganutnya sangat dilarang menunda-nunda suatu pekerjaan yang semestinya bisa dilakukan saat itu, hal ini sejalan dengan hadis Rasulullah SAW, yang artinya "Gunakanlah lima perkara sebelum datang lima perkara lainnya; gunakanlah masa mudamu sebelum masa tuamu, masa hidupmu sebelum datang kematianmu, waktu luangmu

sebelum waktu sibukmu, waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu, dan waktu kaya sebelum waktu miskinmu." (HR Hakim).

Hadis Rasulullah SAW di atas mengandung pesan kepada umatnya agar tidak menunda pekerjaan. Karena menunda pekerjaan merupakan awal dari timbulnya permasalahan. Apalagi, jika pekerjaan itu merupakan suatu kebaikan atau pekerjaan yang sangat penting. Dalam hadis lain, Rasulullah SAW bersabda, yang artinya:

"Bersegeralah kamu sekalian melakukan amal-amal yang shalih, karena akan terjadi suatu bencana yang menyerupai malam yang gelap gulita, di mana ada seseorang pada waktu pagi ia beriman tetapi pada waktu sore ia kafir, pada waktu sore ia beriman tetapi pada waktu pagi ia kafir; ia rela menukar agamanya dengan satu kesenangan dunia." (HR Muslim).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dipahami ada beberapa alasan yang menyebabkan dilarangnya menunda pekerjaan. Pertama, kita tidak dapat menjamin untuk hidup pada esok hari. Kedua, tidak ada jaminan esok kita masih diberi nikmat kesehatan, memiliki waktu luang seperti hari ini. Ketiga, menunda pekerjaan yang baik menyebabkan seseorang terbiasa melakukannya, sehingga kemudian menjadi suatu kebiasaan buruk yang sulit dihilangkan. Waktu berjalan sesuai dengansunatullah. Detik menjadi menit, menit menjadi jam, dan jam menjadi hari, begitu seterusnya. Siang dan malam pun datang silih berganti. Allah SWT berfirman, "Dan Dialah yang menjadikan malam dan siang silih berganti bagi orang yang ingin mengambil pelajaran atau orang yang ingin bersyukur." (QS 25:62).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## B. Efikasi Diri (*Self efficacy*)

### 1. Pengertian Efikasi Diri

Bandura mendefinisikan *self-efficacy* sebagai judgement seseorang atas kemampuannya untuk merencanakan dan melaksanakan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan tertentu

Bandura adalah tokoh yang memperkenalkan istilah efikasi diri (*self efficacy*). Ia mendefinisikan bahwa *self efficacy* sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan. Wood menjelaskan bahwa *self efficacy* mengacu pada keyakinan atau kemampun individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif dan tindakan yng diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi. (Gufron dan Rini, 2014).

Menurut teori kognitif sosial Bandura, keyakinan efikasi diri mempengaruhi pilihan orang dalam membuat dan menjalankan tindakan yang mereka kejar. Keyakinan *efficacy* juga membantu menentukan sejauh mana usaha yang akan dikerahkan orang dalam suatu aktivitas, seberapa lama mereka akan gigih ketika menghadapi rintangan, dan seberapa ulet mereka akan menghadapi situasi yang tidak cocok. Keyakinan *efficacy* juga mempengaruhi tingkat stress dan kecemasan individu sehingga mereka menyibukkan diri dalam suatu aktifitas

Bandura (1997) mengatakan bahwa *Self efficacy* pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau penghargaan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Self efficacy* tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tetapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang dia miliki seberapa pun besarnya. *Self efficacy* menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung keaburan, tidak dapat diramalkan, dan sering penuh dengan tekanan.

*Self-efficacy* juga dijelaskan oleh Li (2020) sebagai kepercayaan pada kemampuan individu untuk berhasil dalam mencapai sesuatu. Hal inilah yang menjadi dasar serta menjadi konstruksi Teori Kognitif Sosial. Teori *self-efficacy* menginformasikan pada kita, bahwa kebanyakan individu hanya akan mencoba sesuatu yang mereka yakini dapat mereka raih, namun mereka tidak akan mencoba sesuatu yang mereka yakini akan gagal. Dengan kata lain *self-efficacy* memengaruhi seseorang tentang bagaimana dia berpikir, merasakan, memotivasi diri sendiri, dan melakukan satu tindakan dalam hidupnya. Bandura dalam Fonna & Mursalin (2018).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sedangkan Alwilsol (2007) mengatakan *self-efficacy* adalah cara pandang seseorang terhadap kekuatan diri sendiri tentang kemampuannya untuk melakukan satu tindakan yang diharapkan dalam menghadapi situasi tertentu. *Self-efficacy* tidak sama dengan harapan atau cita-cita, karena cita-cita mencerminkan suatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai, sedang *self-efficacy* mencerminkan penilaian kompetensi diri. Dengan kata lain *self-efficacy* adalah penilaian terhadap diri sendiri, apakah dia dapat melakukan satu tindakan baik atau buruk, tepat atau salah, mampu atau tidak mampu mengerjakan sesuai dengan persyaratan yang ditentukan.

Menurut penulis pada prinsipnya *Self-efficacy* tidak berkenaan dengan keterampilan yang dimiliki seseorang, melainkan lebih berkenaan dengan judgement atas apa yang dapat dilakukan dengan keterampilan yang mereka miliki. Keyakinan *self-efficacy* mempengaruhi bagaimana seseorang merasakan, berfikir dan bertindak. Oleh sebab itu seseorang dengan *self-efficacy* rendah, akan cenderung rapuh dalam menghadapi tekanan, depresi, dan kurang percaya diri. Sedang seseorang dengan *self-efficacy* yang tinggi, cenderung akan tenang dalam menghadapi tugas yang sulit.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka *self-efficacy* dapat diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kekuatan diri sendiri tentang kemampuannya dalam menghadapi kesulitan atau tantangan yang

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

melekat pada suatu tugas atau pekerjaan yang harus diselesaikan, melalui berbagai usaha yang dianggap tepat dan sesuai dengan tingkat kesulitan, dan situasi/kondisi yang dihadapi.

## 2. Efikasi Diri dalam Pandangan Islam

Dalam pandangan Islam (Al-Qur'an) memiliki substansi yang komprehensif dan bersifat universal yang berkaitan dengan konsep uluhiyah dan konsep manusia sebagai ahsan altakwim. Keyakinan tersebut berkaitan dengan keyakinan seseorang kepada Allah dan harapannya terhadap rahmat pertolongannya. Keterlibatan Allah dalam semua usaha manusia dan keberhasilan yang hanya berasal dari Allah SWT. Hal inilah yang membedakan konsep *self-efficacy* Barat dengan konsep Islam. Sikap terpuji akan lahir dari kuatnya keimanan dalam diri seseorang. Gigih dalam berusaha, tetap sabar (konsisten) dengan segala cobaan dan kesulitan yang dihadapi, serta menyerahkan semua hasil dari usaha yang telah dilakukannya kepada Allah (bertawakal). Sedangkan *self-efficacy* dalam konsep Barat sama sekali tidak dilandasi oleh keimanan, sehingga ekspetasinya (harapan) terhadap rahmat dan pertolongan Allah tidak ada. (Noornajihan, 2014).

Berkaitan dengan keyakinan diri akan adanya kemudahan dalam menghadapi suatu urusan atau pekerjaan Allah tegaskan dalam QS. ALInsyiraah ayat 5-6: Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan يُسْرًا الْعُسْرَ مَعَ فَإِنَّ Sesungguhnya bersama kesulitan ada



kemudahan” *يُسْرًا مَعَ إِنَّ* Berikut ini adalah do'a yang diajarkan oleh Rasulullah berkaitan dengan sikap percaya dan *tawakal* pada Allah dari segala urusan.

إِلَهَ لَا بُعْزَتِكَ أَعُوذُ إِنَّي اللَّهُمَّ خَاصَمْتُ، وَبِكَ أَتَّبْتُ وَإِلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْكَ أَمَنْتُ وَبِكَ أَسَلَمْتُ لَكَ اللَّهُ  
يَمُوتُونَ وَالْإِنْسُ وَالْجِنُّ يَمُوتُ لَا الَّذِي الْحَيُّ أَنْتَ تُضِلِّيَنِي، أَنْ أَنْتَ إِلَّا

Artinya: Ya Allah, aku berserah diri kepada-Mu, aku beriman kepada-Mu, aku bertawakal kepada-Mu, aku bertaubat kepada-Mu, dan aku mengadukan urusanku kepada-Mu. Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung dengan kemuliaan-Mu— tidak ada ilah (sesembahan) yang berhak disembah selain Engkau—dari segala hal yang bisa menyesatkanku. Engkau Mahahidup dan tidak mati, sedangkan jin dan manusia pasti mati.(HR. Muslim, No.2717).

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Efikasi diri

Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010) self efficacy dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat hal, yaitu:

#### a. Pengalaman Menguasai Sesuatu (*Mastery Experience*)

Pengalaman menguasai sesuatu yaitu performa masa lalu. Secara umum performa yang berhasil akan menaikkan *Self Efficacy* individu, sedangkan pengalaman pada kegagalan akan menurunkan. Setelah *self efficacy* kuat dan berkembang melalui serangkaian keberhasilan, dampak negatif dari kegagalan-kegagalan yang umum akan berkurang secara sendirinya. Bahkan kegagalan-kegagalan tersebut dapat diatasi dengan memperkuat motivasi diri apabila seseorang menemukan hambatan yang tersulit melalui usaha yang terus-menerus.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Model Sosial (*social modeling*)

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding dalam mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan *Self Efficacy* individu dalam mengerjakan tugas yang sama. Begitu pula sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu akan mengurangi usaha yang dilakukannya.

c. Persuasi Sosial

Individu diarahkan berdasarkan saran, nasihat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu tercapainya tujuan yang diinginkan. Individu yang diyakinkan secara verbal cenderung akan berusaha lebih keras untuk mencapai suatu keberhasilan. Namun pengaruh persuasi tidaklah terlalu besar, dikarenakan tidak memberikan pengalaman yang dapat langsung dialami atau diamati individu. Pada kondisi tertekan dan kegagalan yang terus-menerus, akan menurunkan kapasitas pengaruh sugesti dan lenyap saat mengalami kegagalan yang tidak menyenangkan.

d. Kondisi Fisik dan Emosional

Emosi yang kuat biasanya akan mengurangi performa, saat seseorang mengalami ketakutan yang kuat, kecemasan akut, atau tingkat stres yang tinggi, kemungkinan akan mempunyai ekspektasi efikasi yang rendah.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tinggi rendahnya Efikasi Diri seseorang dalam tiap tugas sangat bervariasi. Hal ini disebabkan oleh adanya beberapa faktor yang berpengaruh dalam mempersepsikan kemampuan diri individu. Ada beberapa yang mempengaruhi Efikasi Diri, antara lain: (Bandura, dalam Anwar: 2009).

a) Budaya

Budaya mempengaruhi *self-efficacy* melalui nilai (*value*), kepercayaan (*beliefs*), dan proses pengaturan diri (*self-regulation process*) yang berfungsi sebagai sumber penilaian *self-efficacy* dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan *self-efficacy*.

b) Jenis Kelamin

Perbedaan gender juga berpengaruh terhadap *self-efficacy*. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Bandura (1997) yang menyatakan bahwa wanita efikasinya lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga, juga sebagai wanita karir akan memiliki *self efficacy* yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja.

c) Sifat dari tugas yang dihadapi

Derajat kompleksitas dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya. Sebaliknya, jika individu dihadapkan pada tugas yang mudah dan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sederhana maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.

d) Insentif Eksternal

Faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* individu adalah insentif yang diperolehnya. Bandura menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self-efficacy* adalah competent contingens incentive, yaitu insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang.

e) Status atau peran individu dalam lingkungan

Individu yang memiliki status lebih tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga tinggi. Sedangkan individu yang memiliki status yang lebih rendah akan memiliki kontrol yang lebih kecil sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga rendah.

f) Informasi tentang kemampuan diri

Individu akan memiliki *self-efficacy* tinggi, jika ia memperoleh informasi positif mengenai dirinya, sementara individu akan memiliki *self-efficacy* yang rendah, jika ia memperoleh informasi negatif mengenai dirinya.

#### 4. Dimensi Efikasi Diri

Menurut Bandura (dalam Ghufon, 2010), efikasi diri pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi. Berikut adalah tiga dimensi tersebut, yaitu:

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Tingkat (Level)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang di rasakannya.

b. Kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

## Dukungan Sosial

### 1. Pengertian Dukungan Sosial

Menurut Taylor (dalam King, 2014) Dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang yang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Menurut teorinya Taylor dukungan sosial adalah umpan balik dari orang yang lain seseorang yang dicintai dan dihargai. Sejalan dengan teorinya Wills Menurut teori Wills yang mengatakan dukungan sosial adalah mengarah kepada kenyamanan, kepedulian, terhadap seseorang atau membantu seseorang menerima dari orang lain atau sekelompok. Teori ini sejalan dengan teori.

Menurut Wills, 1984 (dalam Sarafino, 2002) dukungan sosial adalah mengarah kepada kenyamanan, kepedulian, penghargaan terhadap seseorang atau membantu seseorang menerima dari orang lain atau sekelompok. Dukungan ini dapat dari sumber atau banyak sumber yang

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berbeda, pasangan seseorang yang dicintai, keluarga, teman, teman kerja, dokter, komunitas organisasi. Seseorang dengan dukungan sosial percaya meraka dicintai dan dipedulikan, dihargai, bagian dari jaringan social

Sarafino (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu kepada memberikan kenyamanan pada orang lain, merawatnya, atau menghargai dari orang-orang sekeliling individu. Dukungan sosial teman sebaya adalah adanya interaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan pada individu lain, dimana bantuan itu umumnya diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Dengan demikian diketahui bahwa dukungan sosial berasal dari orang yang berarti dan dianggap penting oleh. Dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapat karena kehadiran orang-orang terdekat seperti keluarga dan teman yang memberi efek perilaku bagi pihak penerima dukungan.

Kail dan Capanaugh (2000) mendefenisikan dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Smet (1994) mendefinisikan dukungan sosial sebagai salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stress. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang,

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan kompoten. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok. Sarafino (1994) menyatakan bahwa individu memperoleh dukungan sosial akan meyakini individu dicintai, dirawat, dihargai, berharga dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya.

Dukungan sosial merupakan interaksi interpersonal seperti pemberian perhatian emosi, pemberian bantuan instrumental, penyediaan informasi, ataupun pertolongan dalam bentuk lainnya. Hal seperti ini diyakini dapat memberikan kekuatan bagi individu dalam menghadapi efek stress serta memungkinkan untuk meningkatkan kesehatan fisik juga (Taylor, Peplau, & O.Sears, 1999). Dengan dukungan sosial, individu merasa memperoleh kenyamanan fisik maupun psikologis yang didapat lewat pengetahuan bahwa individu tersebut dicintai, diperhatikan, dihargai oleh orang lain dan ia juga merupakan anggota dalam suatu kelompok yang berdasarkan suatu kepentingan bersama.

Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial dilihat dari perasaan senang individu, penghargaan karena adanya kepedulian, atau membantu individu dalam menerima dari orang-orang atau kelompok yang lain. Smet (1994) menjelaskan bahwasanya dukungan sosial terdapat informasi ataupun nasehat baik secara verbal maupun non verbal, bantuan secara nyata, atau tindakan yang diberikan oleh kedekatan sosial atau bisa juga

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diperoleh karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Menurut Uchino (dalam Sarafino, 2011), dukungan sosial adalah penerimaan seseorang dari orang lain atau kelompok berupa kenyamanan, kepedulian, penghargaan ataupun bantuan lainnya yang membuat individu merasa disayangi, diperhatikan, dan ditolong. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa bahwa dirinya dicintai, berharga dan menjadi bagian dari suatu kelompok.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, penelitian ini mengacu pada pengertian dukungan sosial menurut definisi Uchino dalam Sarafino karena dukungan sosial penerimaan seseorang dari orang lain atau kelompok berupa kenyamanan, kepedulian, penghargaan ataupun bantuan lainnya yang membuat individu merasa disayangi, diperhatikan, dan ditolong. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa bahwa dirinya dicintai, berharga dan menjadi bagian dari suatu kelompok dan saling pembelaan pada saat diperlukan.

## 2. Bentuk Dukungan Sosial

Menurut Uchino, 2004 (dalam Sarafino, 2011) membagi dukungan sosial menjadi 4 bentuk berdasarkan fungsinya, yaitu:

- a. Dukungan Emosional atau Penghargaan Dukungan ini diberikan dengan menyampaikan empati, perhatian, kepedulian, penghargaan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan dorongan ke arah orang tersebut. Hal ini memberikan kenyamanan dan kepastian dengan rasa dimiliki dan dicintai pada saat stres.

- b. Dukungan Nyata atau Instrumental Dukungan ini melibatkan bantuan langsung, seperti ketika orang memberikan atau meminjamkan uang orang atau membantu dengan tugas-tugas pada saat stres.
- c. Dukungan Informasi Dukungan ini termasuk memberikan arahan, saran, nasehat atau umpan balik tentang bagaimana kondisi atau keadaan orang tersebut.
- d. Dukungan Persahabatan Dukungan ini mengacu pada ketersediaan orang lain untuk menghabiskan waktu dengan seseorang, sehingga memberikan perasaan keanggotaan di dalam kelompok orang-orang yang berbagi minat dan aktivitas sosial.

### 3. Manfaat Dukungan Sosial

Menurut Taylor, 2007 (dalam King, 2014) Dukungan sosial memiliki 3 jenis manfaat yaitu :

- a. Bantuan yang nyata

Keluarga dan teman dapat memberikan berbagai barang dan jasa dalam situasi yang penuh stres. Misalnya, hadiah makanan sering kali diberikan setelah kematian dalam keluarga muncul, sehingga anggota keluarga yang berduka tidak akan memasak saat itu ketika energi dan motivasi mereka sedang rendah.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## b. Informasi

Individu yang memberikan dukungan juga dapat merekomendasikan tindakan dan rencana spesifik untuk membantu seseorang dalam copingnya dengan berhasil. Teman-teman dapat memerhatikan bahwa rekan kerja mereka kelebihan beban kerja dan menganjurkan cara-cara baginya untuk mengelola waktu lebih efisien atau mendelegasikan tugas lebih efektif.

## c. Dukungan sosial

Dalam situasi penuh stress, individu sering kali menderita secara emosional dan dapat mengembangkan depresi, kecemasan, dan kehilangan harga diri. Teman-teman dan keluarga dapat menenangkan seseorang yang berada di bawah stress bahwa ia adalah orang yang berharga yang dicintai oleh orang lain. Mengetahui orang lain peduli memungkinkan seseorang untuk mendekati stress dan mengatasinya dengan keyakinan yang lebih besar.

**4. Faktor yang Mempengaruhi Seseorang Menerima Dukungan Sosial**

Menurut Antonucci, 1985; Broadhead et al., 1983; Wortman & Dunkel-Schetter, 1987; Cutrona & Gardner, 2004; Wills & Fegan, 2001 (dalam Sarafino 2011). Tidak semua orang mendapat dukungan sosial yang mereka butuhkan. Banyak faktor yang menentukan apakah orang menerima dukungan. beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah :

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. *Recipients of support*

Faktor dari diri seseorang untuk bisa mendapatkan dukungan sosial. Seseorang tidak mungkin menerima dukungan jika mereka tidak ramah, tidak membantu orang lain dan jangan biarkan orang lain tahu bahwa mereka butuh bantuan. beberapa orang tidak cukup asertif untuk meminta bantuan, atau merasa bahwa mereka harus independen atau tidak membebani orang lain, atau merasa tidak nyaman menceritakan kepada orang lain atau tidak tahu siapa yang harus ditanyakan. Maka ini akan sulit bagi individu untuk mendapatkan dukungan sosial.

b. *Providers of support*

Seseorang yang harus menjadi penyedia dukungan misalnya mereka mungkin tidak memiliki sumber daya yang dibutuhkan atau mungkin berada di bawah tekanan dan membutuhkan bantuan itu sendiri, atau mungkin hanya tidak peka terhadap kebutuhan orang lain.

## c. Komposisi dan struktur jaringan sosial

Orang menerima dukungan sosial juga tergantung pada ukurannya, keintiman, dan frekuensi kontak individu dalam merekajejaring sosial orang-orang yang dikenal dan dihubungi.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 5. Karakteristik Dukungan Sosial

Menurut (Sarafino, 2002) menemukan karakteristik dukungan social:

- a. Dukungan sosial mengurangi kemungkinan penyakit dan mempercepat pemulihan.
- b. Data mengungkapkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang tersedia bagi karyawan, semakin rendah ketegangan psikologi yang mereka laporkan. Meskipun stres kerja yang lebih rendah terkait dengan dukungan sosial dari rumah, itu lebih terkait kuat dengan dukungan yang diterima karyawan dari supervisor dan rekan kerja mereka, hubungan serupa antara dukungan sosial dan mengurangi stres kerja telah ditemukan dalam studi lain yang lebih rendah.
- c. Individu dengan dukungan sosial yang tinggi dapat mengharapkan bahwa seseorang yang mereka kenal akan membantu mereka, seperti dengan meminjamkan uang atau memberikan saran tentang cara mendapatkannya. Sebagai akibatnya mereka menilai bahwa mereka dapat memenuhi permintaan dan memutuskan bahwa situasinya tidak terlalu menegangkan.
- d. Dukungan sosial dapat mengubah respons orang terhadap stres atau setelah penilaian awal. Misalnya orang-orang dengan dukungan sosial yang tinggi mungkin memiliki seseorang memberikan solusi untuk masalah tersebut, meyakinkan bahwa masalah itu tidak terlalu penting, atau asyik untuk melihat sisi baiknya atau menghitung orang-orang

berkat mereka dengan sedikit dukungan sosial sangat kecil kemungkinannya untuk memiliki kelebihan ini sehingga dampak negatif dari stres lebih besar bagi mereka daripada bagi mereka yang memiliki tingkat dukungan tinggi.

- e. Orang dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi mungkin memiliki perasaan kepemilikan dan harga diri yang kuat. Hasil positif yang dihasilkan ini dapat bermanfaat bagi kesehatan secara independen dari pengalaman stres: penelitian telah menemukan tekanan darah rendah dalam kehidupan sehari-hari dan dalam tes laboratorium di kalangan orang dewasa paruh baya dan lebih muda dengan tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi.
- f. Orang dengan dukungan sosial mungkin merasa, misalnya karena orang lain peduli dan membutuhkannya, mereka harus berolahraga dengan baik dan tidak merokok atau minum alkohol berat.

## 6. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

Dukungan sosial adalah bentuk bantuan yang diberikan oleh individu satu kepada individu yang lain. Bentuk bantuan yang dimaksud adalah bentuk bantuan yang terlihat dan pemberian rasa cinta, kasih sayang dan kenyamanan kepada seseorang. Dalam Islam dukungan sosial disebut dengan tolong menolong (*Ta'awun*). Tolong menolong sangat dianjurkan dalam agama Islam, hal itu mengingatkan bahwa manusia adalah makhluk sosial yang diciptakan Allah SWT yang kiranya tidak bisa

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hidup sendirian dan pasti akan memerlukan bantuan orang lain. Oleh karena itu di dalam Al-Qur'an hubungan sosial dibedakan menjadi tiga hubungan yaitu hubungan manusia dengan tuhan (*hablumminallah*), hubungan manusia dengan diri sendiri, dan hubungan manusia dengan sesama manusia (*hablumminannas*). Hubungan manusia dengan tuhan (*hablumminallah*) adalah perwujudan ibadah yang dilakukan oleh manusia yaitu berupa menjalan semua perintah Allah SWT dan menjauhi segala yang dilarang oleh Allah SWT. Hubungan manusia dengan diri sendiri adalah bagaimana manusia tersebut memperlakukan dirinya sendiri dengan baik dan bagaimana manusia tersebut mengembangkan segala kemampuan yang dimiliki. Sedangkan hubungan manusia dengan manusia yang lain (*hablumminannas*) adalah bentuk perilaku seseorang kepada seseorang yang lain yaitu berupa menolong yang lain apabila kesusahan. Berikut adalah ayat yang berhubungan dengan dukungan sosial, yaitu QS. Al-Maidah ayat 2 :

كَلِّمْتُمْ ۖ وَإِذَا وَرَضُوا رَبَّهُمْ مِّنْ فَضْلًا يَبْتَغُونَ الْحَرَامَ الْبَيْتِ أَمِينٍ وَلَا الْقَلَادِ وَلَا الْهَدْيِ بِأَيِّهَا  
 أَنْ وَلَا الْحَرَامَ الشَّهْرِ وَلَا اللَّهُ شَعَابِرَ تَحْلُوا لَا أَمْنُوا الدِّينَ قَوْمِ سَنَانٍ يَجْرَمْتُمْ ۖ وَلَا فَاصْطَانُوا  
 الْأَثْمَ عَلَى تَعَاوُنُوا وَلَا وَالْتَفَوُّ الْبِرِّ عَلَى وَتَعَاوُنُوا تَعْتَدُوا أَنْ الْحَرَامَ الْمَسْجِدِ عَنْ صَدُوكُمْ  
 الْعُقَابِ شَدِيدُ اللَّهِ ۖ إِنَّ اللَّهَ ۖ وَاتَّقُوا وَالْعُدْوَانَ

Artinya : Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qala'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitulharam; mereka mencari karunia dan keridaan Tuhannya. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, maka bolehlah kamu berburu. Jangan sampai kebencian(mu) kepada suatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan.

Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah sangat berat siksaan-Nya.

Kandungan dari ayat diatas adalah manusia dianjurkan untuk melakukan tolong menolong kepada sesama manusia dalam hal kebaikan, yang yang berguna bagi individu berhubungan dengan ketakwaan manusia, dan tidak diperkenankan untuk melakukan tolong menolong dalam hal kejelekan yang tidak bermanfaat bagi individu.

## 7. Aspek-aspek Dukungan Sosial

House (dalam Andarini dan Fatma, 2013) membagi dukungan sosial menjadi 4 aspek:

- a. Dukungan emosional, mencakup ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan sehingga seseorang yang bersangkutan akan merasa nyaman didukung, dicintai pada saat seseorang tersebut mengalami kondisi down.
- b. Dukungan penghargaan, terjadi lewat ungkapan hormat atau penghargaan positif untuk orang itu, memberi persetujuan dengan gagasan atau perasaan orang yang bersangkutan dan memberi perbandingan positif kepada orang tersebut dengan orang lain.
- c. Dukungan instrumental, mencakup bantuan langsung pada orang bersangkutan sesuai dengan yang dibutuhkan. seperti seseorang memberikan pinjaman uang kepada orang tersebut, atau menolong dengan cara melaksanakan tugas atau pekerjaan pada saat orang tersebut mengalami down.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- d. Dukungan informatif, mencakup nasehat, petunjuk, saran-saran, atau umpan balik mengenai orang tersebut bertindak.

## 8. Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi efektifitas dari dukungan sosial, seperti yang diungkapkan oleh Cohen dan Syme (Kholid, 2015). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi efektifitas dukungan sosial yaitu:

### a. Pemberi dukungan sosial

Dukungan yang diterima melalui sumber yang sama akan lebih memiliki arti jika dibandingkan dengan dukungan sosial dari sumber yang berbeda. Pemberian dukungan dipengaruhi oleh adanya norma, tugas, dan keadilan. Individu cenderung akan menerima dukungan dari orang lain setelah orang terdekatnya memberikan dukungan.

### b. Jenis dukungan sosial

Jenis dukungan sosial yang diterima akan memiliki arti ketika dukungan sosial tersebut dapat memberi manfaat, serta sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada. Secara psikologis individu akan merasa sangat terbantu ketika mendapatkan dukungan secara moral, yaitu motivasi, nasehat, penghargaan, perhatian dan lain sebagainya, sehingga bukan hanya dukungan materi saja yang dibutuhkan.

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Penerima dukungan sosial

Dukungan sosial yang diberikan harus sesuai dengan karakteristik penerima dukungan sosial, tujuannya yaitu agar dukungan tersebut tepat guna, baik itu dukungan moral, material ataupun spiritual.

d. Permasalahan yang dihadapi

Dukungan sosial yang akan diberikan harus sesuai dengan permasalahan yang dihadapi. Dukungan sosial dapat dipengaruhi oleh kesesuaian antara jenis dukungan yang diberikan dan masalah yang ada. Misalnya konflik yang terjadi dalam pernikahan dan pengangguran akan berbeda dalam hal pemberian dukungan. Hal ini akan menentukan keefektifan dalam pemberian dukungan, selain itu dapat membantu individu dalam menyelesaikan masalah.

e. Waktu pemberian dukungan

Waktu pemberian dukungan sosial bervariasi sesuai dengan kebutuhan serta permasalahan yang dihadapi. Pemberian dukungan akan lebih efektif ketika disesuaikan dengan kondisi serta permasalahan yang dihadapi individu.

f. Lamanya pemberian dukungan

Lama atau singkatnya dukungan sosial tergantung pada kapasitasnya. Kapasitas adalah kemampuan dari pemberi dukungan untuk memberi dukungan yang ditawarkan selama satu periode

tertentu. Dapat dikatakan bahwa dalam rangka pemberian dukungan bukan hanya sampai pada penyelesaian masalah, tapi harus terus diikuti perkembangannya, namun kapasitasnya dikurangi sehingga individu akan tetap terjaga untuk tidak kembali pada masalah yang pernah dihadapi.

### Penelitian yang Relevan

Kajian penelitian tentang efikasi diri, dukungan sosial dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa sudah ada dilakukan oleh para tokoh dan ahli, namun kajian dan penelitian terhadap tiga variabel tersebut dikaji secara terpisah, sementara peneliti belum menemukan kajian atau penelitian yang membahas secara spesifik tentang hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Berikut beberapa kajian dan penelitian yang membahas tentang dukungan sosial orangtua, motivasi belajar, dan minat melanjutkan studi ke perguruan tinggi.

Ada beberapa penelitian dengan tema yang sama yaitu seperti yang diteliti oleh Siska Juliana Saputri (2014) tentang hubungan optimisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UIN Suska Riau. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara optimisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa UIN Suska Riau. Dari penelitian yang telah dilakukan memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu karakteristik subjek, dimana penelitian sebelumnya meneliti pada mahasiswa yang telah

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengerjakan skripsi sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan subjek penelitian adalah mahasiswa aktif yang masih mengambil mata kuliah.

Penelitian oleh Latipah (2016) tentang pengaruh pelatihan self regulated terhadap prokratinasi akademik pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh self regulated terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa, tingginya self regulated yang terdapat dalam diri mahasiswa akan mengurangi perilaku prokrastinasi. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dan subjek penelitian mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dan variabel bebas penelitian yaitu efikasi diri dan dukungan sosial.

Penelitian oleh Marlokot (2016) tentang hubungan antara adversity quotient dengan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara adversity quotient dengan prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Fakultas psikologi UIN Suska Riau. Dari penelitian yang telah dilakukan memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu subjek penelitian. Berikutnya, persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah peneliti menggunakan variabel prokrastinasi sebagai variabel terikat dan menggunakan metode penelitian korelasi atau hubungan.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian oleh Rista Febiyanti Wibowo (2014) tentang *Self Efficacy* dengan prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan korelasi negatif antara *self efficacy* dan prokrastinasi. Penyebab cukup memadai karena adanya cara pandang seseorang terhadap kemampuannya dalam menilai sesuatu sehingga menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Adapun beberapa hal yang membedakan antara judul peneliti dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yakni populasi penelitian yang akan digunakan dan juga pendekatan serta tujuan dari penelitian. Penelitian ini bertemakan utama hubungan efikasi diri dan dukungan sosial pada dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dengan penemuan masalah mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Penelitian oleh Noor Fitriana Annisa Putri, Sri Wiyanti dan Aditya Nanda Priyatama (2012) tentang hubungan antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan mengenai *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik dapat disimpulkan ada hubungan negatif *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Selanjutnya penelitian oleh Pradinata dan Dicky Susilo pada tahun (2016) yaitu prokrastinasi akademik dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa Fakultas Psikologi

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Widya Mandala Surabaya. Dari penelitian yang telah dilakukan memiliki perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu dalam hal tempat, subjek dan variabel efikasi diri.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, maka peneliti memahami bahwa penelitian yang mengkaji tentang pengaruh Prokrastinasi, *self-efficacy* dan dukungan sosial sudah banyak dilakukan sebelumnya, akan tetapi secara umum ketiga variabel tersebut dikaji secara terpisah. Sedangkan dalam penelitian ini ketiga variabel tersebut dikaji secara bersamaan. Selain itu meskipun memiliki beberapa persamaan, namun tetap memiliki perbedaan baik secara prosedural maupun konseptual. Oleh karenanya peneliti menganggap judul yang peneliti angkat ini masih baru dan relevan untuk diteliti.

### B. Kerangka Berpikir

Penelitian ini berdasarkan pada teori dari Ferrari (1995) tentang prokrastinasi akademik, prokrastinasi merupakan keputusan yang dibuat –buat sebelum bertindak, kecenderungan yang berlawanan dengan dorongan hati dan bertindak tanpa pertimbangan yang matang. Teori Sarafino (1994) tentang dukungan sosial menyatakan bahwa adanya interaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan pada individu lain, dimana bantuan itu

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

umumnya diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan serta teori Bandura (1997) tentang efikasi diri yaitu keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan ia peroleh dari kerja kerasnya mempengaruhi cara mereka berperilaku. Teori-teori tersebut menjadi dasar pemikiran peneliti dalam melakukan penelitian. Pada umumnya mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu dua semester atau kurang lebih sekitar satu tahun terhitung dari tanggal ditetapkannya SK pembimbing. Mahasiswa yang tidak mempunyai kesiapan menghadapi skripsi, mengalami masalah-masalah yang berkaitan dengan skripsi seperti pengerjaan skripsi membutuhkan waktu lama, mahasiswa menganggap skripsi merupakan beban hidup, takut ketika hasil skripsinya diujikan didepan para dosen, sulit membagi waktu dengan aktivitas lain. Selain itu mahasiswa kesulitan membagi waktu untuk bertemu dosen dan bekerja sehingga menyebabkan berhenti dalam penyelesaian skripsi. Hambatan-hambatan yang terjadi dapat menyebabkan penundaan dalam menyelesaikan skripsi oleh mahasiswa, penundaan tersebut biasanya dengan prokrastinasi akademik. Banyak faktor yang mempengaruhi prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa, salah satunya dukungan sosial Hal ini sesuai dengan pandangan Pradinata dan Susilo (2006) yang menyatakan terdapat beberapa hal yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi, salah satunya adalah kondisi lingkungan berupa dukungan atau tekanan yang diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat, atau tempat

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tinggal individu tersebut. Jadi, dukungan sosial yang diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat yang akan berdampak pada perilaku prokrastinasi individu.

Pardinata dan Susilo (2006) menambahkan salah satu faktor eksternal penting yang mempengaruhi perilaku prokratinasi ialah dukungan sosial. Mattson & Hall (2011) menambahkan dukungan sosial merupakan bentuk komunikasi verbal dan non-verbal antara dua orang atau lebih yang mampu memberikan perasaan nyaman pada individu dan perasaan untuk mengendalikan keadaan yang ada.

Fibriana (2009) menjelaskan bahwa dukungsn sosial mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa karena dengan adanya dukungan sosial sangat efektif membantu individu khususnya mahasiswa untuk menyelesaikan studi. Apabila individu memperoleh dukungan sosial berupa perhatian, ia akan mempunyai kemantapan diri yang baik serta memiliki sikap yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan dalam menyelesaikan skripsinya.

Dengan dukungan sosial individu aka merasa aman karena menerima bantuan, penghargaan dan kepedulian dari sahabatnya (Sarafino, 1994). Hal tersebut aka berdampak pada perilaku pada individu. Smet (1994) yang menyatakan bahwa dengan dukungan sosial dari teman atau keluarga akan



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dapat menstabilkan emosional yang memberi efek perilaku positif pada penerima. Jadi, dukungan sosial berupa perhatian dapat memantapkan diri dan menimbulkan sifat positif seperti bisa menerima kenyataan, berfikir positif, membangun kemandirian yang nantinya akan berpengaruh dalam proses penyelesaian skripsinya.

Selain dukungan sosial faktor lain yang ikut mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah efikasi diri. Menurut Bandura (1997) membagi efikasi diri menjadi tiga dimensi yaitu : dimensi tingkat (*Magnitude/level*) pada dimensi ini disesuaikan dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan bagi masing-masing tingkat atau tingkat tuntutan tugas dapat diklasifikasikan berdasarkan tingkat kepandaian atau kecerdikan, usaha, ketetapan, produktifitas, dan pengaturan diri (*self regulation*). Kemudian dimensi kekuatan (*Stregh*).

Dimensi ini berkaitan dengan perilaku yang dibutuhkan dalam mencapai penyelesaian tugas yang muncul pada saat yang dibutuhkan, dengan efikasi diri, kekuatan untuk usaha yang lebih besar mampu didapat. Selanjutnya dimensi generalisasi (*Generality*) pada dimensi ini menjelaskan keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan tuntas dan baik.

Hal ini sesuai dengan pandangan Ferrari (1995) yang menyatakan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor, salah satunya faktor internal yang meliputi kepercayaan diri, kontrol diri, efikasi diri, motivasi diri, regulasi diri, kesadaran diri dan self-critical. Hal senada juga terdapat dalam

hasil penelitian yang dilakukan oleh Damri (2017) yang menyatakan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik.

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa dukungan sosial dapat membantu dengan cara memberi penghargaan ataupun perlakuan-perlakuan positif yang dapat memberikan kepercayaan dalam menyelesaikan suatu tugas ataupun dalam menyelesaikan skripsi. Selain itu efikasi diri juga turut serta mendukung individu dalam memupuk keyakinan untuk dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu yang secara tidak langsung mengurangi tingkat prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi. Untuk penjelasan lebih mudah untuk mengetahui hubungan antara variabel Prokrastinasi akademik, efikasi diri dan dukungan sosial variabel tersebut

Berdasarkan uraian di atas, terkait dengan hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, maka gambaran hubungan antara ketiga variabel tersebut dapat dilihat dalam skema berikut ini:

UIN SUSKA RIAU

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Efikasi diri (X1)

Indikator :

- *Mastery Experience*
- *Social Modeling*
- Persuasi Soaial
- Kondisi Fisik
- Emosional
- Bandura (dalam jess Feist, 2010)

#### Prokrastinasi Akademik (Y)

Indikator :

- *Perceived time,*
- *Emotional distress*
- *Intention-avtion*
- *Perceived ability*

Ferrari (1995)

#### Dukungan Sosial(X2)

Indikator :

- Dukungan emosional
- Dukungan Penghargaan
- Dukungan Instrumental
- Dukungan Informatif

House (dalam Andriani dan Fatma, 2013)

### Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

1. H1: Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau

2. H2: Terdapat hubungan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau
3. H3: Terdapat hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama sama dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

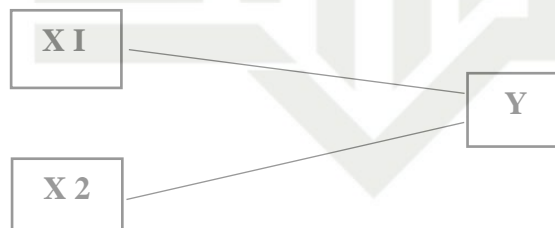
### BAB III

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan faktor penting yang sangat berpengaruh terhadap hasil penelitian. Kegiatan penelitian harus mengikuti langkah-langkah kerja sehingga dalam pelaksanaannya diperlukan metode-metode tertentu. Metode penelitian merupakan syarat pokok dalam sebuah penelitian. Berbobot atau tidaknya suatu hasil penelitian tergantung pada pertanggung jawaban metode penelitiannya secara ilmiah dan sesuai ketentuan yang berlaku:

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan korelasioal multivariat (*multivariat correlation*). Pendekatan kuantitatif korelasional multivariat adalah teknik analisis korelasi yang mendasarkan diri pada lebih dari dua variabel (Sudijono, 2004).



**Gambar 3.1 Model Hubungan Variabel**

**Keterangan :**

- |                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| Variabel Bebas   | (X 1) : Efikasi diri         |
|                  | (X 2) : Dukungan sosial      |
| Variabel Terikat | (Y) : Prokrastinasi akademik |
| →                | : Menunjukkan arah hubungan  |

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Tempat dan Waktu Penelitian

### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau yang sedang mengerjakan skripsi dan memenuhi kriteria prokrastiasi melewati batas semester yang telah ditentukan.

### 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 2 Waktu Pelaksanaan Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Pengajuan draft proposal	Agustus 2020
2	Penunjukan pembimbing tesis	14 September 2020
3	Seminar Proposal	02 November 2021
4	Pelaksanaan <i>Try Out</i>	02 Desember 2023
5	Pelaksanaan Penelitian	09 Mei 2023
6	Seminar Hasil Penelitian	
7	Ujian Munaqasyah	

## Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013). Populasi penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau yang berjumlah 406. data mahasiswa untuk populasi ini diambil pada tanggal 21 Februari 2022 (Kasubag Akademik Kemahasiswaan Fakultas Psikologi Uin Suska Riau).

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**2. Sampel Penelitian**

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2013). Sampel pada penelitian ini berjumlah 122 mahasiswa/I yang di dapat berdasarkan tabel penentuan sampel dari *Isaac and Michael* untuk tingkat kesalahan 10%.

**3. Teknik Sampling**

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu berdasarkan suatu karakteristik dalam populasi yang memiliki hubungan dominan, sehingga dapat digunakan untuk mencapai tujuan penelitian (Sugiyono, 2019).

Peneliti jika memiliki pertimbangan - pertimbangan tertentu dalam pengambilan sampelnya. (Idrus, 2009). Pertimbangan tertentu itu, diantaranya adalah: Mahasiswa Fakultas Psikologi semester 9 – 13. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dalam jangka waktu lebih dari satu tahun.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## D Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

Variabel Y (terikat) = Prokrastinasi akademik

Variabel X1 (bebas) = Efikasi diri

Variabel X2 (bebas) = Dukungan social

## E Defenisi Oprasional

Dalam penelitian ini definisi operasional yang diteliti adalah :

### 1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi adalah perilaku mahasiswa yang menunda-nunda tugas akademik yang berkaitan dengan tugas penulisan skripsi, dan mengalihkannya terhadap aktivitas lain yang lebih menyenangkan, serta tidak menjadikan tugas akademik tersebut sebagai prioritas utama yang harus diselesaikan. Hal ini sesuai dengan teori Ferrari (1995) yaitu: penundaan dalam memulai dan menyelesaikan skripsi (*Perceived Time*). Merasa tenang karena waktu masih banyak (*Emotional distress*), kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual (*intention-action*), dan tidak yakin terhadap kemampuan dirinya (*Perceived ability*).

### 2. Efikasi Diri

Menurut Bandura (dalam Jess Feist & Feist, 2010) self efficacy dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat hal, yaitu:

- a. Pengalaman Menguasai Sesuatu (*Mastery Experience*)
- b. Model Sosial (*social moedeling*)
- c. Persuasi Sosial



d. Kondisi Fisik dan Emosioanal

Efikasi diri merupakan keyakinan yang dimiliki seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan ia peroleh dari kerja kerasnya mempengaruhi cara mereka berperilaku. Hal ini sesuai dengan teori menurut Bandura (1997) yaitu :

a. Tingkat (Level)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang di rasakannya.

b. Kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

c. Generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkain aktivitas dan situasi yang bervariasi.

3. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan suatu dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan nyata seperti (bantuan barang dan jasa) tindakan yang diberikan oleh keluarga ataupun teman kehadiran mereka mempunyai manfaat emosional dan efek perilaku bagi pihak penerimanya. Sarafino (1994) menjelaskan jenis-jenis dukungan sosial teman sebaya yaitu:

- a. Dukungan emosi, seperti kepedulian, perhatian dan empati.
- b. Dukungan penghargaan, seperti rasa hormat dan penilaian yang positif.
- c. Dukungan instrumental, seperti bantuan langsung berupa barang, jasa dan waktu.
- d. Dukungan informasi seperti, memberi nasihat, informasi dan petunjuk.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan merupakan teknik mengumpulkan data yang digunakan untuk membuktikan hipotesa penelitian. Salah satu teknik pengumpulan data dapat dilakukan pengukuran melalui skala (Usman & Akbar, 2017). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala yang disebarkan.

### 2. Instrumen Pengumpulan data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala. Jenis skala yang digunakan adalah skala Likert. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

**Tabel 3.1**  
**Rentang Skor Untuk Jawaban**  
*Favorabel (F)* *Unfavorabel (UF)*

<i>Favorabel (F)</i>		<i>Unfavorabel (UF)</i>	
Pernyataan	Skor	Pernyataan	Skor
Sesuai	4	Sesuai	1
Agak Sesuai	3	Agak Sesuai	2
Kurang Sesuai	2	Kurang Sesuai	3
Tidak Sesuai	1	Tidak Sesuai	4

#### a. Skala Prokrastinasi Akademik

Skala yang digunakan merupakan skala penelitian Saputri (2014) yang telah dimodifikasi dengan jumlah aitem terdiri dari 86 aitem. Adapun aitem yang di modifikasi pada nomer 8,11,18,19,22. Skala ini disusun dengan memodifikasi dengan empat pilihan jawaban yakni STS TS S SS yang sebelumnya terdiri dari STS TS N S SS menggunakan teori dari

Ferrari (1994) yang terdiri dari adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, kelambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Skala terdiri dari dua kelompok pernyataan, yaitu: pernyataan favorable (mendukung) dan pernyataan unfavorable (tidak mendukung), dengan ketentuan untuk pernyataan favorable nilai 4 (empat) jika jawaban SS (Sangat Sesuai), nilai 3 (tiga) jika jawaban S (Sesuai), nilai 2 (dua) jika jawaban TS (Tidak Sesuai), dan nilai 1 (satu) jika jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai) dan untuk pernyataan unfavorable nilai 4 (empat) jika jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), nilai 3 (tiga) jika jawaban TS (Tidak Sesuai), nilai 2 (dua) jika jawaban S (Sesuai), dan nilai 1 (satu) jika jawaban SS (Sangat Sesuai). Disajikan dalam tabel 3.2 sebagai berikut:

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.2  
Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik

Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Jumlah
		F	UF	
<i>Perceived time</i>	Orang yang gagal menepati waktu yang telah ditentukan dan gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas	1, 8, 20, 25,32	4, 12, 16, 24, 30	10
<i>Emotional distress</i>	Adanya kecemasan, tidak nyaman karena waktu yang terbatas untuk mengerjakan tugas	3,7,21	10,15,23	6
<i>Intention-action</i>	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan adanya kesulitan utk melakukan sesuatu sesuai dgn batas waktu	6, 13, 22, 27	17, 19, 26, 29	8
<i>Perceived ability</i>	Tidak yakin keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya karena adanya rasa takut akan gagal	2, 9, 14, 28	5, 11, 18, 31	8
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>32</b>

#### a. Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri tersebut disusun berdasarkan teori Bandura (1997) yang telah dimodifikasi dengan menetapkan 4 pilihan jawaban oleh peneliti berdasarkan penelitian Yuwanto, Mayangsari dan Anward (2014). Adapun

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

modifikasi yang dilakukan adalah pada pada aitem nomer 3,8,10,18 dan aitem nomer 21 dengan merubah pernyataan sesuai dengan petunjuk validator.Pada skala efikasi diri ini terdiri dari 25 aitem. Adapun dimensi-dimensi yang telah disampaikan oleh Bandura (1997) untuk mengetahui efikasi diri individu adalah Magnitude atau Level, Generality dan Strength.

Skala terdiri dari dua kelompok pernyataan yakni favorable dan unfavorable. Adapun ketentuan untuk pernyataan yang bersifat favorable berbeda dengan pernyataan yang bersifat unfavorable. Ketentuan nilai pada pernyataan favorable adalah sebagai berikut : Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (Sangat Sesuai), nilai 3 (tiga) jika jawaban S (Sesuai), nilai 2 (dua) jika jawaban TS (Tidak Sesuai), dan nilai 1 (satu) jika jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai). Sedangkan ketentuan nilai pada pernyataan unfavorable adalah sebagai berikut : Nilai 4 (empat) jika jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), nilai 3 (tiga) jika jawaban TS (Tidak Sesuai), nilai 2 (dua) jika jawaban S (Sesuai), dan nilai 1 (satu) jika jawaban SS (Sangat Sesuai). Adapun blue print skala efikasi diri dapat dilihat pada table 3.3 sebagai berikut :

**Tabel 3.3**  
**BluePrint Skala Efikasi Diri**

No	Aspek	Sebaran Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	<i>Magnitude</i> atau <i>Level</i>	1,3,4,5	2, 6, 7, 8	8
2	<i>Generality</i>	9, 11, 12, 14, 15, 18	10, 13, 16, 17	10
3	<i>Strength</i>	19, 20, 22, 23, 24, 25	21	7
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>9</b>	<b>25</b>

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**c. Skala Dukungan Sosial**

Skala yang digunakan merupakan skala penelitian yang dimodifikasi dari dukungan sosial teman sebaya dari penelitian Hanapi (2017) dengan aitem berjumlah 40 aitem. Skala ini dimodifikasi pada aitem nomer 4 8 12 17 19 22 28 dan aitem nomer 39 dengan merubah pernyataan sesuai dengan teori dari Sarafino (1994) yang dengan aspek-aspek terdiri dari dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumen, dukungan informasi dan dukungan jejaring sosial. Skala terdiri dari 4 kelompok pilihan jawaban, yaitu: jawaban SS (Sangat Sesuai), jawaban S (Sesuai), jawaban TS (Tidak Sesuai), jika jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai). Untuk blue print skala dukungan sosial teman sebaya dapat dilihat didalam tabel 3.4 sebagai berikut:

**Tabel 3.4**  
**Blue Print Skala Dukungan Sosial**

No	Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Dukungan Emosiona	Kehangatan, kasih sayang, perhatian, empati	1, 2, 3, 4, 5	6, 7, 8	8
2	Dukungan Penghargaan	Penghargaan, penilaian yang positif, memberi dorongan semangat, pujian	9, 10, 11, 12	13, 14, 15, 16	8
3	Dukungan Instrumental	Memberi bantuan biaya, fasilitas, pelayanan	17, 18, 19, 20	21, 22, 23, 24	8
4	Dukungan Informasi	Informasi, nasehat, sugesti	25, 26, 27, 28	29, 30, 31, 32	8
5	Dukungan Jaringan Sosial	Persamaan minat, aktivitas sosial, menghabiskan waktu bersama dengan individu lain	33, 34, 35, 36	37, 38, 39, 40	8
<b>Jumlah</b>			<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3 Uji Coba Alat Ukur

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, maka alat ukur yang akan digunakan dilakukan uji coba (*tryout*) terlebih dahulu kepada mahasiswa pada populasi penelitian. Uji coba alat ukur bertujuan untuk mengetahui kelayakan alat ukur berupa skala yang telah disusun dengan menguji tingkat validitas, indeks daya beda dan reliabilitas. Alat ukur yang diuji cobakan adalah skala dukungan efikasi diri, skala dukungan sosial dan skala prokrastinasi akademik.

### Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

#### 1. Validitas

Menurut Azwar (2010), validitas yang berasal dari kata *validity* merupakan hal yang berkaitan dengan ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukuran (*tes*) dalam melakukan fungsi ukurannya. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi, validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat profesional judgment, Azwar (2010).

Pendapat profesional dalam penelitian ini adalah pembimbing skripsi dan narasumber seminar penelitian. Azwar (2010) menyebutkan salah satu cara melihat daya dekriminasi aitem adalah dengan melihat



koefisien korelasi antara distribusi skor skala itu sendiri yang dikenal dengan nama koefisien korelasi aitem total (*rix*). Penerimaan aitem diterima atau gugur dalam penelitian ini dengan melihat koefisien korelasi (*rix*) dengan batasan  $\geq 0,30$ . Azwar (2010) menambahkan bahwa aitem dengan nilai koefisiensi korelasi  $\geq 0,30$  dianggap memuaskan dan bisa digunakan untuk alat ukur penelitian. Sedangkan aitem yang berada dibawah koefisien korelasi tersebut akan dianggap gugur.

Sebelum alat ukur digunakan untuk penelitian yang sesungguhnya, maka alat ukur tersebut harus diujicobakan (*try out*) terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas, guna mendapatkan aitem-aitem yang layak digunakan sebagai alat ukur. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 05 Desember 2023 September 2021 di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Subjek untuk uji coba alat ukur ini adalah 60 orang Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau baik laki-laki maupun perempuan.

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan memiliki validitas tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakan tes tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2014).

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi, dimana validitas isi menunjukkan sejauhmana aitem-aitem tes mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur oleh tes tersebut. Pengujian analisis isi menggunakan analisis rasional oleh para ahli (professional judgement), dalam hal ini dilakukan oleh dosen pembimbing tesis I, dosen pembimbing tesis II, serta dosen narasumber I.

**2. Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas merupakan suatu teknik yang digunakan untuk melihat seberapa jauh skala dapat memberikan hasil yang ajeg (konstan) dalam suatu pengukuran. Reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil pengukuran suatu alat ukur. Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien reliabilitas, yang angkanya berkisar antar 0,00 sampai 1,00. Koefisien reliabilitas yang mendekati angka 1,00 menunjukkan reliabilitas alat ukur yang semakin tinggi. Sebaliknya alat ukur yang rendah reliabilitasnya ditandai dengan koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0,00 (Azwar, 2010). Uji Reliabilitas dihitung dengan menggunakan proses komputerisasi yaitu program (SPSS) *Statistical of Package for Social Science 25.0 for Windows..*

**3. Uji Daya Diskriminasi**

Pengujian daya beda diskriminasi dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total ( $r_{xy}$ ). Dalam penelitian ini, uji daya beda

diskriminasi menggunakan teknik koefisien korelasi Product Moment Pearson: koefisien korelasi Product Moment Pearson yang dikemukakan oleh Pearson.

Menurut Azwar, (2019) pada proses pemilihan aitem berdasarkan koefisien korelasi aitem total, yang menunjukkan daya beda aitem, koefisien aitem tidak memiliki batasan tunggal dalam interpretasinya. Hal yang biasa dilakukan adalah bahwa suatu aitem dengan nilai koefisien korelasi ( $r \geq 0,30$ ) dianggap sebagai aitem yang validitasnya memuaskan. Akan tetapi aitem yang memiliki nilai koefisien korelasi di bawah 0,30 ( $< 0,30$ ) dianggap sebagai aitem yang validitasnya tidak memadai atau dinyatakan gugur.

Untuk melakukan pengujian daya beda, peneliti menggunakan bantuan program SPSS 25. Validitas suatu aitem atau butir instrumen dapat dilihat dari hasil perhitungan SPSS (*Statistical Package for Social Science*), dimana skor setiap butir atau aitem instrumen akan dikorelasikan dengan skor totalnya.

Hasil perhitungan skala prokrastinasi akademik dari 32 aitem di peroleh 25 aitem yang shahih dengan koefisien daya butir aitem  $>0,30$ , sedangkan 7 aitem lainnya dinyatakan gugur. Adapun rinciannya dapat dilihat dari tabel berikut ini:

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.5**  
**Blueprint Skala Prokrastinasi setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	Butir Aitem		Jumlah
			Valid	Gugur	
1	<i>Perceived time</i>	Orang yang gagal menepati waktu yang telah ditentukan dan gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas	1,8,12,16, 20,25,30	1,4,24,	10
2			<i>Emotional distress</i>	kecemasan, tidak nyaman karena waktu yang terbatas untuk mengerjakan tugas	7,10,15,21, 23
3	<i>Intention-action</i>	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan adanya kesulitan utk melakukan sesuatu sesuai dgn batas waktu			6,13,17,19, 22,26,29
4			<i>Perceived ability</i>	Tidak yakin keraguan terhadap kemampuan dirinya karena adanya rasa takut akan gagal	2,5,11,14, 18,28
<b>Jumlah</b>					<b>25</b>

Hasil perhitungan skala dukungan sosial dari 40 aitem di peroleh 33 aitem yang shahih dengan koefisien daya butir aitem  $>0,30$ , sedangkan 7 aitem lainnya dinyatakan gugur. Adapun rinciannya dapat dilihat dari tabel berikut ini:

UIN SUSKA RIAU

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.6**  
**Blueprint Skala Dukungan Sosial setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	Butir Aitem		Jumlah
			Valid	Gugur	
1	Dukungan Emosiona	Kehangatan, kasih sayang, perhatian, empati	1,2,3,4, 5,6,7,8	-	8
2	Dukungan Penghargaan	Penghargaan, penilaian yang positif, memberi dorongan semangat, pujian	9,10,12, 13,15,16	11,14	8
3	Dukungan Instrumental	Memberi bantuan biaya, fasilitas, pelayanan	17,18,20, 21,22,23, 24	19	8
4	Dukungan Informasi	Informasi, nasehat, sugesti	25, 27,28,29,3 0,31,32	26	8
5	Dukungan	Persamaan minat, aktivitas sosial, menghabiskan waktu bersama dengan individu lain	33,36,37,3 8,39,40	34,35	8
<b>Jumlah</b>			<b>33</b>	<b>7</b>	<b>40</b>

Hasil perhitungan skala efikasi diri dari 25 aitem di peroleh 22 aitem yang shahih dengan koefisien daya butir aitem  $>0,30$ , sedangkan 3 aitem lainnya dinyatakan gugur. Adapun rinciannya dapat dilihat dari tabel berikut ini:

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.7**  
**Blueprint Skala Efikasi Diri setelah Try Out**

No	Aspek	Indikator	Butir Aitem		Jumlah
			Valid	Gugur	
1	<i>Magnitude</i> atau <i>Level</i>		1,2,3,4,7,8	5,6	8
2	<i>Generality</i>		9,10,11,12,13, 14,16,17,18	15	10
3	<i>Strength</i>		19,20,21,22,23, 24,25	-	7
<b>Jumlah</b>			<b>22</b>	<b>3</b>	<b>25</b>

Berdasarkan sebaran aitem skala prokrastinasi akademik, skala dukungan sosial dan skala efikasi diri yang valid dan gugur, maka disusun kembali blue print skala prokrastinasi akademik, skala dukungan sosial dan skala efikasi diri yang akan digunakan untuk penelitian.

Berikut rincian tabel blue print skala prokrastinasi akademik yang akan digunakan untuk penelitian. Uraianya dapat dilihat pada tab berikut.

**Tabel 3.8**  
**Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Untuk Penelitian**

No	Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Perceived time</i>	Orang yang gagal menepati waktu yang telah ditentukan dan gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas	8, 20, 25,32	12, 16,30	7
2	<i>Emotional distress</i>	Adanya kecemasan, tidak nyaman karena waktu yang terbatas untuk mengerjakan tugas	7,21	10,15,23	5
3	<i>Intention-</i>	Kesenjangan	6, 13, 22	17, 19, 29	6

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Jumlah
			F	UF	
4	<i>Perceived ability</i>	waktu antara rencana dan kinerja aktual dan adanya kesulitan utk melakukan sesuatu sesuai dgn batas waktu	2,14, 28	5, 11, 18, 31	7
		Tidak yakin keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya karena adanya rasa takut akan gagal			
<b>Jumlah</b>			<b>12</b>	<b>13</b>	<b>25</b>

Selanjutnya adalah rincian tabel blue print skala dukungan sosial yang digunakan untuk penelitian. Uraianannya dapat dilihat pada table berikut.

**Tabel 3.9**  
**Blue Print Skala Dukungan Sosial Untuk Penelitian**

No	Aspek	Indikator	Sebaran Aitem		Jumlah
			F	UF	
1	Dukungan Emosiona	Kehangatan, kasih sayang, perhatian, empati	1, 2, 3, 4, 5	6, 7, 8	8
2	Dukungan Penghargaan	Penghargaan, penilaian yang positif, memberi dorongan semangat, pujian	9, 10, 12	13, 15, 16	6
3	Dukungan Instrumental	Memberi bantuan biaya, fasilitas, pelayanan	17, 18, 20	21, 22, 24	7
4	Dukungan Informasi	Informasi, nasehat, sugesti	25, 27, 28	29, 30, 31, 32	7
5	Dukungan Jaringan Sosial	Persamaan minat, aktivitas sosial, menghabiskan waktu bersama dengan individu lain	33, 36	37, 38, 39, 40	6
<b>Jumlah</b>			<b>16</b>	<b>17</b>	<b>33</b>

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya adalah rincian tabel blue print skala efikasi diri yang digunakan untuk penelitian. Uraianya dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 3.10**  
**BluePrint Skala Efikasi Diri Untuk Penelitian**

No	Aspek	Sebaran Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	<i>Magnitude</i> atau <i>Level</i>	1,3,4	2, 7, 8	6
2	<i>Generality</i>	9, 11, 12, 14,18	10, 13, 16, 17	10
3	<i>Strength</i>	19, 20, 23, 24, 25	21	6
	<b>Jumlah</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>22</b>

**Analisis Data**

Analisis data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian ini menggunakan analisis multiple regression yaitu untuk mencari hubungan antara variabel bebas dukungan sosial (X1) dan efikasi diri (X2) serta prokrastinasi akademik (Y).Data yang diperoleh nantinya akan dianalisis dengan menggunakan program (*Statistical of Package for Social Science*) *SPSS 25 for Windows..*



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa tersebut, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa tersebut, begitu juga sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan efikasi diri secara bersama-sama dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau. Artinya semakin tinggi dukungan sosial dan efikasi diri maka semakin rendah prokrastinasi akademik, begitu juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan beberapa saran untuk pihak-pihak terkait sebagai berikut:

**1. Bagi Mahasiswa**

Untuk mengurangi prokrastinasi akademik dapat dilakukan dengan meningkatkan dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri seperti komunikasi dengan teman-temannya untuk bertukar pikiran, saling berbagi, baik itu meminta saran, nasehat, masukan, berbagi informasi dan saling memotivasi satu sama lain agar muncul keyakinan, dorongan, percaya diri dalam menyelesaikan skripsi, Hal ini dapat mempengaruhi sikap prokrasitasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

**2. Peneliti Selanjutnya**

Adapun beberapa saran yang perlu diperhatikan bagi peneliti selanjutnya adalah sebagai berikut :

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan prokrastinasi, dukungan sosial dan efikasi diri agar dapat lebih baik dan lebih lengkap lagi yang dijadikan rujukan peneliti.
- b. Peneliti selanjutnya perlu mengadakan penelitian yang lebih mendalam dari masing-masing faktor penyebab prokrastinasi akademik mahasiswa sehingga dapat diketahui dinamika masing-masing faktor penyebab prokrastinasi akademik mahasiswa

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarini, S.R. Fatma, A. 2013. Hubungan Antara *Distress* dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Talenta Psikologi*. Vol. II, No.2
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. 1997. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman And Company.
- Depdiknas. 2012. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Burka, J & Yuen, L. 2008. *Procrastination: Why You Do It, What to Do About It NOW*. Cambridge: Da Capo Press.
- Damri, E. 2014. Hubungan *Self-Efficacy* dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Jurnal Edukasi dan Bimbingan Konseling*. hlm: 74-95.
- Desmita, 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Ferarri, J.R., 1995. *Procrastination and Taskavoidance: Theory, Research, and Treatmet*. New York: Plenum Press.
- Ferari dan Morales, *Perceptions of Self-Concept and Self-Presentation by Procrastinators: Further Evidence*. The Spanish Journal of Psychology, Vol, 10, No. 1(2007), hlm. 91-96.
- Frriana, R. 2009. *Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial*. Skripsi. Fakultas Psikologi UMS. Surakarta.
- Gufron, M. Nur dan Rini Risnawati. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Arruzz Media.
- Hanapi, 2017. Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Efikasi Diri dalam Meyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi uin suska riau. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN SUSKA.Riau.
- Itus, Muhammad. 2009. *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: Penerbit Erlangga.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Indah, S, Putri. & Shofia Vivik. 2012. Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Ketidakjujuran Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi. Volume 8 Nomor 1.*
- Kail, R. & Cavanaugh, C. 2000. *Human Development: A Lifespan View.* USA: Woodsworth Publishing, Co.
- Mattson, M. dan Hall, J G. 2011. *Linking Health Communication with Sosial Support. In Health As Communication Nexus: A Service-Learning Approach.* USA: Kendall Hunt Publishing Co., Pp. 181-218.
- Murni. A S. 2018. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi dalam Menhafal Juz Amma Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU.* Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim: Riau.
- Nichy Hardianti. 2009. *Hubungan antara Self Compassion dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau.* Skripsi. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
- Pradinata, S. dan Susilo, J.D. 2016. Prokrastinasi Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. *Jurnal Experientia Volume 4, Nomor 2*
- Putri, 2012, *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta* Skripsi. Universitas Sebelas Maret: Surakarta.
- Santrock, J W. 2007. *Adolescence. Perkembangan Remaja.* Jakarta: Erlangga.
- \_\_\_\_\_. 2003. *Adolescence. Perkembangan Remaja* Edisi Ke-Enam. Jakarta: Erlangga.
- Srafino, E.P., & Smith, T.W (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction.* New York: Wiley Subandi
- Srafino, E.P. (2002). "Health Psychology: *Biopsychosocial Interactions*", Fourth Edition. New Jersey: HN Wiley.
- Srafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychological Interaction.* Kanada: John Wiley & Sons, Inc.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Setjono & Julianita. 2011. *SPSS VS LISREL: Sebuah Pengantar Aplikasi Untuk Riset*. Jakarta: Salemba Empat
- Saputra, I.P. 2012. *Akselerasi Penyelesaian Skripsi: Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Saputri, 2014. *Hubungan Optimis dengan Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa UIN Suska Riau. Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim: Riau.
- Soemanto, W. 2008. *Pedoman Teknik Penulisan Skripsi (Karya Ilmiah)*. Jakarta: Pt. Bumi Aksara
- Solomon, L. J. Rothblum, E. D. 1984. Procrastination Assessment Scale Students. Dalam M. Hersen & A. S. Bellack. *Dictionary of Behavioral Assessment Techniques*. New York: Pergammon Press.
- Shofiah, V. 2012. Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Ketidakhujuran Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi UIN SUSKA Riau*. Vol.8
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta Pelajar.
- Smet. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarna Indonesia
- Stolihin, Muhammad. 2018. *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa UIN SUSKA Riau*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Rohmad, (2014). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Taylor, S. Peplau, E & Osers, D T. 1999. *Health Psychology* (4th Ed). Boston: Mcgraw Hill
- UU RI. No 12. Tahun 2012. Tentang. *Pendidikan Tinggi*. Undang-Undang Republik Indonesia
- Vulan, D A. & Abdullah, S M. 2014. Prokrastinasi Akademik dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosio-Humaniora Vol. 5*

Yuwanto, Mayangsari & Anward. 2014. *Hubungan Efikasi Diri dengan Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa yang Sedang Mempersiapkan Skripsi*. Skripsi. Program Studi Psikologi Universitas Lambung Mangkurat.

Zasya, A, Rosni. & Akmal, S, Zakiah. 2016. *Hubungan Self Efficacy Akademik dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi*. *Jurnal Psymphatic*. Vol. 3, No. 2, hlm: 191 – 200.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

## Uji normalitas

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
okkrastinasi	122	61.00	92.00	74.5410	7.92647	.394	.219	-.852	.435
dukungan	122	74.00	117.00	95.4426	7.16171	.066	.219	.781	.435
erikasi	122	53.00	82.00	69.7623	7.21002	-.264	.219	-.850	.435
Valid (listwise) N	122								

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Uji linearitas (prokrastinasi & dukungan)

### Report

prokrastinasi

dukungan	Mean	N	Std. Deviation
74.00	81.0000	1	.
75.00	84.0000	1	.
76.00	86.0000	1	.
78.00	84.0000	1	.
80.00	68.0000	1	.
81.00	82.0000	1	.
82.00	82.6000	5	5.77062
83.00	87.0000	2	7.07107
84.00	84.0000	5	3.67423
85.00	81.0000	1	.
86.00	82.3333	6	3.82971
87.00	82.3333	3	1.15470
88.00	80.3333	3	7.37111
89.00	82.5000	2	12.02082
90.00	76.0909	11	7.67404
91.00	74.9000	10	4.62961
92.00	75.7143	7	10.01190
93.00	74.0000	11	6.61816
94.00	74.1667	6	7.25029
95.00	69.0000	4	2.94392
96.00	66.0000	5	2.54951
97.00	68.4000	5	6.14817
98.00	68.7000	10	3.19896
99.00	71.2857	7	6.65117
100.00	65.3333	3	1.52753
101.00	65.0000	1	.
102.00	65.0000	1	.
103.00	71.0000	1	.
104.00	67.0000	1	.
105.00	67.0000	2	4.24264
106.00	63.0000	1	.
107.00	69.0000	1	.
108.00	66.0000	1	.
109.00	69.0000	1	.
Total	74.5410	122	7.92647

### ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
prokrastinasi * dukungan	(Combined)	4368.462	33	132.378	3.602	.000
	Between Groups	3126.909	1	3126.909	<b>85.090</b>	<b>.000</b>
	Deviation from Linearity	1241.554	32	38.799	1.056	.408
	Within Groups	3233.833	88	36.748		
	Total	7602.295	121			

### Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
prokrastinasi * dukungan	-.641	.411	.758	.575

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Prokrastinasi & efikasi

prokrastinasi

efikasi	Mean	N	Std. Deviation
53.00	83.0000	1	.
55.00	83.0000	1	.
56.00	75.0000	1	.
57.00	76.0000	3	7.21110
58.00	82.6000	5	1.94936
59.00	81.5000	2	13.43503
60.00	83.5000	4	.57735
61.00	78.2000	5	6.61060
62.00	76.0000	2	8.48528
63.00	81.0000	1	.
64.00	85.4000	5	5.36656
65.00	84.2500	4	3.86221
66.00	87.5000	2	4.94975
67.00	81.0000	7	8.56349
68.00	75.6250	8	6.63190
69.00	73.8889	9	6.56591
70.00	72.4286	7	2.99205
71.00	70.6667	3	3.21455
72.00	71.0000	3	12.12436
73.00	66.7500	4	5.43906
74.00	67.7143	7	4.57217
75.00	70.4286	7	4.85994
76.00	66.3333	6	2.73252
77.00	67.0000	1	.
78.00	71.0000	9	7.22842
79.00	68.5714	7	2.50713
80.00	68.6667	3	1.52753
81.00	72.5000	2	7.77817
82.00	71.3333	3	7.57188
Total	74.5410	122	7.92647

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * Efikasi	(Combined)	4380.426	28	156.444	4.516	.000
	Between Groups	2685.910	1	2685.910	<b>77.529</b>	<b>.000</b>
	Deviation from Linearity	1694.516	27	62.760	1.812	.019
	Within Groups	3221.869	93	34.644		
	Total	7602.295	121			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Prokrastinasi * efikasi	-.594	.353	.759	.576

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Uji hipotesis

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.677 <sup>a</sup>	.459	.449	5.88147

a. Predictors: (Constant), efikasi, dukungan

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3485.880	2	1742.940	50.386	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4116.415	119	34.592		
	Total	7602.295	121			

a. Dependent Variable: orokrastinasi

b. Predictors: (Constant), efikasi, dukungan

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	143.799	7.161		20.081	.000
	dukungan	-.488	.102	-.441	-4.809	.000
	efikasi	-.325	.101	-.295	-3.221	.002

a. Dependent Variable: orokrastinasi

## X1 & Y

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.641 <sup>a</sup>	.411	.406	6.10695

a. Predictors: (Constant), dukungan

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3126.909	1	3126.909	83.843	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4475.386	120	37.295		
	Total	7602.295	121			

a. Dependent Variable: orokrastinasi

b. Predictors: (Constant), dukungan

**Coefficients<sup>a</sup>**

## X<sup>2</sup> & Y

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	142.288	7.419		19.178	.000
dukungan	-.710	.078	-.641	-9.157	.000

a. Dependent Variable: orokrastinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.594 <sup>a</sup>	.353	.348	6.40077

a. Predictors: (Constant), efikasi

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2685.910	1	2685.910	65.558	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4916.385	120	40.970		
	Total	7602.295	121			

a. Dependent Variable: orokrastinasi

b. Predictors: (Constant), efikasi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	120.128	5.660		21.224	.000
efikasi	-.653	.081	-.594	-8.097	.000

a. Dependent Variable: orokrastinasi

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## UJI MULTIKOLENIARITAS

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.677 <sup>a</sup>	.459	.449	5.88147

a. Predictors: (Constant), dukungan, efikasi

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3485.880	2	1742.940	50.386	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4116.415	119	34.592		
	Total	7602.295	121			

a. Dependent Variable: orokrastinasi

b. Predictors: (Constant), dukungan, efikasi

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	143.799	7.161		20.081	.000		
	efikasi	-.325	.101	-.295	-3.221	.002	.541	1.849
	dukungan	-.488	.102	-.441	-4.809	.000	.541	1.849

a. Dependent Variable: orokrastinasi

**Collinearity Diagnostics<sup>a</sup>**

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	efikasi	dukungan
1	1	2.993	1.000	.00	.00	.00
	2	.005	23.863	.52	.55	.00
	3	.002	38.667	.48	.45	1.00

a. Dependent Variable: orokrastinasi

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA EFIKASI DIRI)

### 1. Definisi operasional

Efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya mampu atau tidak mampu dalam menyelesaikan suatu masalah untuk mencapai hasil utama tanpa perlu membandingkan dengan orang lain. adapun indikatornya yaitu :

- Level*
- Generality,*
- Strength.*

### 2. Skala yang digunakan

- Buat sendiri (-)
- Terjemahan (√)
- Modifikasi (√)

### 3. Jumlah item

Item dalam skala ini berjumlah 25 item

### 4. Format respon

Format respon yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 4 alternatif , yaitu:

- Sangat Sesuai (SS)
- Sesuai (S)
- Tidak Sesuai (TS)
- Sangat Tidak Sesuai (STS)

### 5. Penilaian setiap item

Bapak/ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Bapak/ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu Relevan (R), kurang Relevan (KR), tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon bapak/ibu memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang telah disediakan. jika bapak/ibu menilai bahwa aitem tersebut relevan dengan indikatornya berilah tanda ceklis (√) pada relaven, Demikian seterusnya untuk semua aitem.

**SKALA EFIKASI DIRI**

Aspek	Indikator	Pernyataan	Alternatif jawaban		
			R	KR	TR
Magnititude (level)	Kemampuannya yang dapat dilihat atau diukur dari tingkat kesulitan tugas tertentu yang dihadapi	1. Saya yakin mampu menyelesaikan skripsi dari dosen pembimbing(F)			
		2. Saya pesimis mampu memahami isi referensi dalam bahasa inggris (UF)			
		3. Saya tetap optimis menyelesaikan revisi skripsi ketika saya mengalami masalah (F)			
		4. Saya percaya mampu mengerjakan revisi dari termudah, akrena dengan itu dapat membantu saya menyelesaikan skripsi saya (F)			
		5. Saya berusaha mencari jalan keluar saat saya mengalami kendala dalam menyelesaikan skripsi (UF)			

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek kekuatan (strenght) tingkat individu keyakinan mengenai kemampuan.	Perasaan mampu yang dimiliki seseorang sebagai tindakan yang dimilikinya untuk menguasai tugas dalam kondisi tertentu	6. Saya lebih memilih main dengan teman-teman ketika saya harus mengerjakan revisi skripsi skripsi (UF)			
		7. Saya mengerjakan revisi skripsi kalau dosen pembimbing sudah mencari saya (UF)			
		8. Saya mengerjakan skripsi ketika sudah deadline (UF)			
		9. Saya tetap focus pada skripsi meskipun mengikuti kegiatan dalam/ diluar kampus (F)			
		10. Saya menyerah mengerjakan revisi skripsi bila referensi yang saya gunakan berbahasa inggris (UF)			
		11. Saya yakin mampu menghalau emosi negatif yang menghambat saya mengerjakan skripsi (F)			
		12. Saya tetap berusaha merevisi skripsi walaupun amsih banyak coretan dari dosen pembimbing (F)			
		13. Saya menyalahkan keadaan saat saya tidak dapat mengumpulkan revisi			



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

				skripsi tepat waktu (UF)			
				14. Saya menghindari rasa malas dengan cara membayangkan keberhasilan saya dalam menyelesaikan skripsi (F)			
				15. Saya yakin dengan kemampuan saya dalam mengerjakan skripsi walaupun sulit (F)			
		Aspek generalisasi ( <i>generality</i> )	Perasaan mampu yang dimiliki seseorang sebagai tindakan yang dimilikinya untuk menguasai tugas dalam kondisi tertentu	16. Saya menunda mengerjakan skripsi karna saya sangat bosan dengan revisi skripsi dengan kesalahn yang sama terus menerus (UF)			
				17. Saya merasa terbebani dalam mengerjakan skripsi (UF)			
				18. Saya yakin mampu mengerjakan skripsi karena saya percaya pada kualitas pribadi saya (F)			
				19. Saya lebih mengutamakan mempersiapkan diri untuk bimbingan skripsi besok dari pada pergi nongkrong dengan teman (F)			

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

20. Ketika menghadapi kesulitan dalam mengerjakan skripsi, saya bertanya kepada orang lain untuk dapat membantu saya (F)			
21. Saya semakin malas mengerjakan skripsi, ketika dosen pembimbing tidak memiliki waktu untuk bimbingan (UF)			
22. Saya menerima resiko untuk menolak ajakan main dari teman-teman selama proses penyelesaian skripsi demi tujuan yang telah saya tetapkan (F)			
23. Saya mampu mengontrol stress saya saat mengerjakan skripsi (F)			
24. Saya tetap mencari buku walaupun dalam bahasa inggris, karena saya yakin isis buku tersebut sangat membantu saya dalam menyelesaikan skripsi (F)			
25. Saya mampu membagi waktu antara mengerjakan tugas kuliah dan revisi skripsi (F)			

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

1. Isi (kesesuaian dengan indikator):

2. Bahasa

3. Jumlah aitem

Validator 2

D. Tohirin, M. Pd

NIP. 19670812 1992031001

Validator 1

H. Zuriatul Khairi, M.Ag.,M.Si

NIP. 19761015 200501 2 00

Pekanbaru, Maret,2023

UIN SUSKA RIAU

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK)

### 1. Definisi operasional

Prokrastinasi akademik adalah perilaku yang dengan sengaja menunda atau mengulur waktu yang dilakukan oleh mahasiswa pada jenis-jenis tugas akademik demi melakukan suatu aktifitas disenangi dan tidak penting untuk menghindari berbagai dampak negatif dalam pengerjaan tugas akademik. prokrastinasi akademik ditandai dengan empat indikator ,sebagai berikut:

- seperti penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi,
- keterlambatan dalam mengerjakan tugas,
- kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
- dan melakukan aktifitas lain yang menyenangkan dari pada mengerjakan tugas kuliah

### 2. Skala yang digunakan

- Buat sendiri (-)
- Terjemahan ( $\surd$ )
- Modifikasi ( $\surd$ )

### 3. Jumlah item

Item dalam skala ini berjumlah 30 item

### 4. Format respon

Format respon yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 4 alternatif , yaitu:

- Sangat Sesuai (SS)
- Sesuai (S)
- Tidak Sesuai (TS)
- Sangat Tidak Sesuai (STS)

### 5. Penilaian setiap item

Bapak/ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan

Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau.

Bapak/ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu Relevan (R), kurang Relevan (KR), tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon bapak/ibu memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang telah disediakan. jika bapak/ibu menilai bahwa aitem tersebut relevan dengan indikatornya berilah tanda ceklis (√) pada relaven, Demikian seterusnya untuk semua aitem.

### SKALA PROKRASTINASI AKADEMIK

Aspek	Indikator	Aitem	Penilaian		
			R	KR	TR
<i>Personal Competence &amp; Tenacity</i>	Penunda an dalam memulai dan menyelesaikan skripsi	(1) Saya selalu menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi (F)			
		(2) Saya malas memulai mengerjakan skripsi (F)			
		(3) Saya malas mencari referensi yang berhubungan dengan skripsi (F)			
		(4) Saya malas menghubungi dosen pembimbing walaupun saya mengalami kesulitan ( F)			
		(5) Saya bingung dalam memulai mengerjakan skripsi (F)			
		(6) Saya langsung melakukan perbaikan skripsi setelah I koreksi (UF)			
		(7) Saya bersemnagt dalam memulai mengerjakan skripsi (UF)			
		(8) Sebelum skripsi dimulai			

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Penghargaan penilaian positif, memberi dorongan semangat , pujian	saya selalu mengerjakan skripsi (UF)			
		(9) Saya rajin mencari referensi yang berhubungan dengan skripsi (UF)			
		(10) Saya selalu bertemu dosen pembimbing apabila saya saya mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi (UF)			
emotional distress	Merasa tenang karena waktu masih banyak	(11) Saya biasanya membutuhkan waktu yang lama dalam mengerjakan skripsi (F)			
		(12) Saya selalu mengerjakan revisi skripsi sehari sebelum waktu yang telah ditentukan pembimbing (F)			
		(13) Saya lebih mudah berfikir ketika waktu pengumpulan revisi semakin dekat (F)			
		(14) Ketika ada waktu luang saya selalu mengerjakan skripsi (UF)			
		(15) Saya selalu mengerjakan revisi jauh sebelum deadline yang diberikan semakin dekat (UF)			
		(16) Saya sulit berfikir ketika deadline yang diberikan semakin dekat (UF)			
Intention action	Menghindari tugas-tugas akademik sehingga mengisi aktivitas lain yang lebih menyenangkan	(17) Saya menunda waktu dalam mengumpulkan revisi kepada pembimbing (F)			
		(18) Saya sulit membagi waktu dalam mengerjakan skripsi (F)			
		(19) Saya merasa masih memiliki banyak waktu			

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		dalam mengerjakan skripsi (F)			
		(20) Saya kesulitan mengerjakan skripsi sesuai batas waktu yang ditentukan (F)			
		(21) Saya selalu tepat waktu dalam mengumpulkan revisi skripsi (UF)			
		(22) Saya selalu mengatur jadwal dalam menyelesaikan skripsi (UF)			
		(23) Saya mengumpulkan revisi sesuai jadwal bimbingan (UF)			
		(24) Saya selalu bisa mengerjakan skripsi sesuai deadline (UF)			
Perceived ability	Tidak yakin terhadap kemampuan dirinya	(25) Saya lebih senang menonton daripada mengerjakan skripsi (F)			
		(26) Saya biasanya bermain game sebelum mengerjakan skripsi (F)			
		(27) Saya lebih suka bermain dengan teman-teman daripada mengerjakan skripsi (F)			
		(28) Saya lebih sering mengakses sosial media daripada mengerjakan skripsi (F)			
		(29) Saya lebih senang mengerjakan skripsi daripada menonton (UF)			
		(30) Saya tidak mempunyai waktu untuk bermain game disaat sedang mengerjakan skripsi (UF)			

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Catatan:

4 Isi (kesesuaian dengan indikator):

5 Bahasa

6 Jumlah aitem

Validator 2

D. Tohirin, M. Pd  
NIP. 19670812 1992031001

Pekanbaru, Maret, 2023

Validator 1

H. Zuriatul Khairi, M.Ag.,M.Si  
NIP. 19761015 200501 2 00

UIN SUSKA RIAU



## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA DUKUNGAN SOSIAL)

### 1. Definisi operasional

Dukungan sosial merupakan suatu dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh teman sebaya karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional dan efek perilaku bagi pihak penerimanya, Adapun indikatornya:

- a. Dukungan emosional: salah satu bentuk dukungan yang diperlukan oleh mahasiswa yaitu dukungan emosi, yang mencakup empati kepedulian, perhatian terhadap orang bersangkutan.
- b. Dukungan penghargaan: ketika mahasiswa dapat melakukan atau menghasilkan suatu yang baru perlu adanya dorongan yaitu bentuk penilaian yang positif, memberi semangat, dan pujian. orang karna akan menambah penghargaan diri mahasiswa.
- c. Dukungan instrumental: dukungan ini mencakup bantuan langsung guna untuk membantu pelaksanaan.
- d. Dukungan informatif: mahasiswa sering mendapatkan dukungan informatif. dukungan informatif seperti dalam bentuk petunjuk, saran, umpan balik dan keterangan yang dibutuhkan oleh penerima dukungan.

### 2. Skala yang digunakan

- g. Buat sendiri (-)
- h. Terjemahan (-)
- i. Modifikasi (√)

### 3. Jumlah item

Item dalam skala ini berjumlah 40 aitem

### 4. Format respon

Format respon yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 4 alternatif , yaitu:

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- i. Sangat Sesuai (SS)
- j. Sesuai (S)
- k. Tidak Sesuai (TS)
- l. Sangat Tidak Sesuai (STS)

5. Penilaian setiap item

Bapak/ibu dimohon untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Bapak/ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu Relevan (R), kurang Relevan (KR), tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon bapak/ibu memberikan tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah disediakan. jika bapak/ibu menilai bahwa aitem tersebut relevan dengan indikatornya berilah tanda ceklis (✓) pada relaven, Demikian seterusnya untuk semua aitem.

## SKALA DUKUNGAN SOSIAL

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Alternatif jawaban		
				R	KR	TR
Dukungan emosional	Kehangatan , kasih sayang, perhatian dan empati	1	Teman dan keluarga saya memberikan ide-ide ketika mengerjakan skripsi sehingga saya merasa terbantu (F)			
		2	Teman dan keluarga saya selalu memberikan perhatian sehingga membuat saya merasa dilindungi (F)			
		3	Teman dan keluarga saya akan mendengarkan dengan sabar tentang apa yang terjadi pada saya (F)			
		4	Teman dan keluarga akan mengingatkan saya agar saya tidak malas-malasan dalam mengerjakan skripsi (F)			
		5	Ketika saya mengalami kendala saat mengerjakan skripsi orang terdekat di sekitar saya saya bersikap acuh tak acuh (UF)			
		6	Saya kurang simpati pada keluarga dan teman saya yang tidak membantu saya ketika dalam mengerjakan skripsi (UF)			
		7	Teman dan keluarga saya tidak peduli dengan masalah yang saya hadapi (UF)			

### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dukungan  
pernghargaa

Penghargaan penilaian positif, memberi dorongan semangat, pujian	8	Teman dan keluarga tidak memberikan ide kepada saya saat saya kehabisan ide (UF)			
	9	Keluarga dan teman selalu memberikan semangat ketika saya mulai merasa menyerah untuk menemui dosen pembimbing(F)			
	10	Teman dan keluarga saya selalu meberikan semangat agar skrpsi saya cepat diselesaikan (F)			
	11	Teman dan keluarga menyemangati saya untuk selalu datang disetiap bimbingan sehingga saya bersemangat (F)			
	12	Ketika saya telah menyelesaikan skripsi Orang terdekat saya memberikan saya pujian (F)			
Dukungan Instrumental	13	Ketika saya mengerjakan revisian skripsi teman dan keluarga tidak memberikan saya apresiasi (UF)			
	14	Teman dan keluarga tidak mau menyemangati saya untuk selalu datang disetiap bimbingan sehingga saya tidak bersemangat (UF)			
	15	Teman dan keluarga tidak pernah memberikan pujian ketika saya selesai bimbingan (UF)			

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

16	Teman dan keluarga saya tidak merespon apapun ketika saya sedang mengerjakan skripsi (UF)			
17	Teman meminjamkan dan keluarga memfasilitasi prasarana sehingga memudahkan saya menyelesaikan skripsi (F)			
18	Ketika revisian skripsi saya banyak, teman dan keluarga bersedia membantu saya untuk menyelesaikannya (F)			
19	Keluarga dan teman bersedia menemani untuk mencari referensi (F)			
20	Keluarga memberikan uang lebih dan teman bersedia meminjamkan uang mereka ketika saya membutuhkan (F)			
21	Teman dan keluarga saya enggan membantu meminjamkan uang ketika saya membutuhkan (UF)			
22	Keluarga dan teman saya enggan memberikan dan membantu fasilitas yang mereka miliki ketika saya membutuhkan (UF)			
23	Orang terdekat saya enggan untuk meminjamkan buku yang saya perlukan untuk menyusun skripsi UF)			
24	Teman dan keluarga saya enggan untuk menemani saya untuk mencari referensi (UF)			

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Dukungan Informasi	Informasi nasehat, sugesti	25	Keluarga dan teman memberikan saya semangat saat saya kebingungan menghadapi masalah (F)			
			26	Teman dan keluarga akan memberikan nasehat ketika saya sedang membutuhkan (F)			
			27	Teman dan keluarga memberikan Informasi tentang referensi-referensi yang saya butuhkan (F)			
			28	Teman dan keluarga saya Memberikan nasehat yang berkaitan dengan tata cara penulisan skripsi (F)			
			29	Nasehat yang diberikan Teman dan keluarga terkadang terlalu menyudutkan saya (UF)			
			30	Orang terdekat saya yang paham tentang skripsi tidak memberikan petunjuk dalam Memilih metode penelitian (UF)			
			31	Teman dan keluarga enggan untuk memberikan saran saat saya Kesulitan menyusun latar belakang (UF)			
			32	Orang terdekat saya enggan meberikan informasi tentang referensi yang saya butuhkan (UF)			
			33	Teman dan keluarga memberi petunjuk dalam memilih metode penelitian (F)			

		34	Saya sering menghabiskan waktu bersama teman dan keluarga untuk mengerjakan skripsi (F)			
dukungan peringan sial	Persamaan minat aktivitas sosial, menghabis kan waktu bersama Dengan individu lain	35	Saya menghabiskan waktu bersama teman dan keluarga untuk saling membantu ketika kesulitan mengerjakan skripsi (F)			
		36	Orang disekitar saya mengajak untuk membahas penyusunan skripsi (F)			
		37	Saya jarang menghabiskan waktu bersama teman dan keluarga diperpustakaan (UF)			
		38	Teman dan keluarga tidak menyuruh Saya untuk mengerjakan Skripsi (UF)			
		39	Teman dan keluarga tidak bisa diajak untuk bertukar pikiran dalam menghadapi kesulitan penyusunan skripsi (UF)			
		40	Saya jarang meminta pendapat teman dan keluarga saya untuk mengerjakan skripsi (UF)			

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 7 Isi (kesesuaian dengan indikator)
- 8 Bahasa
- 9 Jumlah aitem

Validator 2

D. Tohirin, M. Pd  
NIP. 19670812 1992031001

Validator 1

H. Zuriatul Khairi, M.Ag.,M.Si  
NIP. 19761015 200501 2 00

Pekanbaru, Maret,2023


UIN SUSKA RIAU





**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
 كلية علم النفس  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

---

**SURAT IZIN RISET**  
 Nomor: B-693E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2023


Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

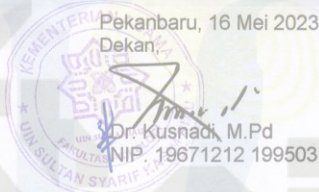
Nama	: Risda Nurajawati
NIM	: 21960225498
Jurusan	: Psikologi S2
Semester	: VIII (Delapan)

untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 16 Mei 2023  
 Dekan,  
  
 Dr. Kusnadi, M.Pd  
 NIP. 19671212 199503 1 001



UIN SUSKA RIAU



## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : B-882E/Un.04/F.VI/PP.00.9/06/2022  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 30 Juni 2022

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa:

Nama : Risda Nurajawati  
NIM : 21960225498  
Tempat Tgl.Lahir : Bangkinang/ 08 Desember 1995  
Jurusan : Psikologi S2  
Semester : VI (Enam)

ditugaskan untuk melakukan try out penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian/ skripsi / tesis, yaitu:

*"Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau".*

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin try out kepada yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr wb,  
Kuasa Dekan,

Dr. Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc  
NIP. 19770103 200710 2 001



UIN SUSKA RIAU



## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

## SURAT IZIN RISET

Nomor: B-693E/Un.04/F.VI/PP.00.9/05/2023

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Risda Nurajawati  
NIM : 21960225498  
Jurusan : Psikologi S2  
Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 16 Mei 2023

Dekan,



Dr. Kushnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### Profil Peneliti

**Risda Nurajawati** adalah nama peneliti tesis ini.

Peneliti dilahirkan di Bangkinang tanggal 08 Desember 1995. Merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Amrin Nurhakim, S.Pd dan Ibu Syamierda, S.Pd. Terlahir sebagai anak pertama dari 2 bersaudara yakni Risnia Erma Yuliana & Muhamad Reski Syamrinoper.

Penulis mengawali pendidikan awal pada tahun (2000-2001) di Taman Kanak-Kanak Angkasa satu, Bintang dan melanjutkan pendidikan dasar di SDN 022 Sri Bintang pada tahun (2001-2007). Kemudian penulis melanjutkan pendidikan ke Sekolah Menengah Pertama dan Menengah ke Atas di SMPN 08 Bintang (2007-2010) dan SMAN 1 Teluk Sebong (2010-2013). Selanjutnya, peneliti melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi melalui jalur SNMPTAIN di tahun 2013 di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau jurusan Psikologi dan melanjutkan ke jenjang S2 di Universitas dan Jurusan yang sama dengan peminatan Psikologi Pendidikan.