

Social Support for Final Year Students Who have Procrastination during Undergraduate Thesis Preparation

Dukungan Sosial terhadap Mahasiswa Tingkat Akhir yang Memiliki Prokrastinasi saat Penyusunan Skripsi

Adelina Arthawan¹, Ni Nyoman Ari Indra Dewi^{2*}, Dermawan Waruwu³

^{1,2}Program Studi Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

³Program Studi Manajemen, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(*) Corresponding Author: ariindradewi@undhirabali.ac.id

Article info

Keywords:

Social Support, Academic Procrastination, Undergraduate Thesis, College Students

Abstract

This study aimed to determine the role of social support for students who take procrastination actions during the preparation of their undergraduate thesis. More specifically, this study explored the sources of social support, forms of social support and the impact of social support obtained by students. This research used a qualitative method with a phenomenological approach model with the subject of 9th semester and 10th semester students' of 2018 batch of Psychology Study Program of Dhyana Pura University. Data were obtained from interviews with sources and informants. In analyzing the data using data reduction techniques, data presentation, inference and verification, and final conclusions. The results obtained from this study are the social support received by the informant can provide a change in their undergraduate thesis, which is the motivation to complete the undergraduate thesis and good progress. The informants received emotional support such as affection and attention. Friendship support in the form of the presence of friends who are willing to hear complaints and exchange stories, working on the undergraduate thesis together. Information support such as looking for journals and books and information related to thesis needs. Instrumental support such as the presence of close people as listeners of complaints and material support in the form of tuition fees, vehicles and facilities. These supports came from the closest environment such as family, college friends, spouses, and supervisors. Another impact caused by social support is that procrastination owned by students slowly begins to decrease and students have full awareness of their responsibility in completing the undergraduate.

Kata kunci:

Dukungan Sosial, Prokrastinasi Akademik, Skripsi, Mahasiswa

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial terhadap mahasiswa yang melakukan tindakan prokrastinasi pada saat penyusunan skripsi. Secara lebih spesifik, penelitian ini mengupas tentang tentang sumber dukungan sosial, bentuk dukungan sosial dan dampak dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan model pendekatan fenomenologi dengan subjek mahasiswa semester 9 dan semester 10 angkatan 2018 Program Studi

Psikologi Universitas Dhyana Pura. Pengambilan data diperoleh dari hasil wawancara dengan narasumber dan informan. Dalam menganalisis data menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, penyimpulan dan verifikasi, dan kesimpulan akhir. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah dukungan sosial yang diterima oleh narasumber dapat memberikan suatu perubahan pada skripsinya yaitu adanya motivasi untuk menyelesaikan skripsi dan progres skripsi yang baik. Narasumber mendapat dukungan emosional seperti kasih sayang dan perhatian. Dukungan persahabatan berupa kehadiran sahabat yang bersedia mendengar keluh kesah dan bertukar cerita, mengerjakan skripsi bersama. Dukungan informasi seperti mencari jurnal dan buku serta informasi terkait keperluan skripsi. Dukungan instrumental seperti kehadiran orang-orang terdekat sebagai pendengar keluh kesah dan dukungan material berupa biaya kuliah, kendaraan dan fasilitas. Dukungan-dukungan tersebut bersumber dari lingkungan terdekat seperti keluarga, teman kuliah, pasangan, dan dosen pembimbing. Dampak lainnya yang ditimbulkan oleh dukungan sosial adalah prokrastinasi yang dimiliki oleh mahasiswa perlahan mulai berkurang dan mahasiswa memiliki kesadaran penuh atas tanggung jawab dalam penyelesaian skripsi tersebut.

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang menempuh pendidikan pada perguruan tinggi Negeri atau Swasta. Mahasiswa adalah orang yang memiliki ide cerdas, pemikiran kritis yang berguna untuk mengubah suatu pola pikir dalam kelompok dan mampu memenuhi kepentingan bersama (Cahyono, 2019). Mahasiswa tidak hanya sekedar orang yang duduk di bangku kuliah saja, namun mereka memiliki fungsi. Menurut Ananda, (2014) mahasiswa memiliki fungsi sebagai *agent of change, social control, iron stock* dan *moral force*

Mahasiswa yang menjalani masa pendidikan di Perguruan Tinggi wajib menjalankan tugasnya dan memiliki tanggung jawab yang harus ditaati. Pendidikan Perguruan Tinggi mempunyai tanggung jawab dan tugas untuk menyiapkan para mahasiswa sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai (Wulan & Abdullah, 2014). Menciptakan mahasiswa yang bertanggung jawab dan berprestasi tentu menjadi salah satu tujuan Perguruan Tinggi.

Perguruan tinggi mewajibkan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhir atau biasa disebut skripsi. Skripsi bukan semata-mata tentang laporan ilmiah saja, melainkan ada tanggung jawab didalamnya. Mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan dan mendapat gelar. Skripsi adalah suatu karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa yang didampingi oleh dosen pembimbing. Karya ilmiah ini disusun berdasarkan pada pedoman skripsi yang telah ditentukan oleh universitas (Monalisa & Kurniadi, 2019).

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ternyata mengalami berbagai kendala. Kendala yang dialami mempengaruhi kinerja mahasiswa dalam menyusun skripsi. Proses penyusunan skripsi bukanlah tugas yang gampang Perdana & Wijaya, (2021). Berbagai kendala dapat terjadi ketika mahasiswa mulai menyusun bab 1 yaitu latar belakang kemudian kesulitan mencari sumber acuan, kendala dapat terjadi ketika mahasiswa sudah memasuki tahap pengumpulan data-data, memilih rumus statistik yang tepat. Farkhah, Hasanah & Amelasasih, (2022) mengatakan bahwa kendala yang dialami oleh mahasiswa saat menyusun skripsi yaitu adanya rasa takut dan cemas saat menemui dosen pembimbing, proses revisi yang tidak selesai-selesai, mahasiswa tidak memiliki fokus untuk mengerjakan skripsi dan kurangnya pemahaman terkait penulisan skripsi.

Kendala-kendala yang dialami oleh mahasiswa saat menyusun skripsi tidak jarang membuat mereka melakukan tindakan prokrastinasi. Seperti yang dikatakan oleh Farkhah, Hasanah & Amelasasih, (2022) yaitu bagi mahasiswa yang tidak bisa melewati kendala-kendala yang dialami, mereka akan menunda dan mengulur waktu secara berulang untuk menyelesaikan tugasnya sehingga membuat masa studi mereka diperpanjang yang seharusnya ditempuh selama 4 tahun, tetapi mereka justru menempuh masa studi dalam waktu 5-6 tahun untuk bisa lulus. Sikap menunda-nunda dan mengulur waktu secara berulang inilah yang disebut sebagai tindakan prokrastinasi. Tuntutan-tuntutan kriteria yang ditetapkan oleh perguruan tinggi yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa dalam penyusunan skripsi tidak jarang membuat beban tersendiri bagi mahasiswa.

Prokrastinasi merupakan tindakan negatif yang dapat merugikan seseorang. Menurut Muyana, (2018) Prokrastinasi merupakan sikap menunda-menunda dalam mengerjakan tugas yang dilakukan secara berulang-ulang. Prokrastinasi yang dilakukan oleh mahasiswa ketika menyusun skripsi disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik membuat individu tidak maksimal dalam menyelesaikan tugas karena produktivitas mereka rendah sehingga hasil yang ingin dicapai tidak maksimal bahkan bisa saja tidak selesai sama sekali (Haryanti & Santoso, 2020).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Erfan Ramadhani pada tahun 2019 tentang prokrastinasi akademik mendapati hasil bahwa yang melakukan prokrastinasi adalah 75% dengan kategori sangat tinggi dan 25% dengan kategori tinggi (Ramadhani, 2019). Dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik masuk kedalam kategori sangat tinggi, artinya, mahasiswa yang melakukan prokrastinasi menduduki angka tertinggi. Saat-saat seperti inilah mahasiswa memerlukan adanya dorongan, perhatian dan motivasi agar mereka terus berupaya untuk menyelesaikan skripsinya. Dukungan sosial seharusnya sudah terjalin dengan sesama keluarga (Agestin, Ayuningtyas, Waruwu 2019). Artinya, sesama keluarga atau orang-orang terdekat dapat membangun suatu hubungan yang baik berupa dukungan atau motivasi. Dukungan yang diperlukan oleh mahasiswa adalah berupa motivasi dan perhatian yang dapat membantu mereka dalam menyelesaikan tugas akademik (Prayoga, Harini & Totalia, 2023).

Dukungan sosial berkontribusi untuk meningkatkan *self-efficacy*, yang mengarah pada pengertian, rasa hormat, dorongan, keberanian, dan rasa pencapaian yang professional Xiao *et al.*, (2020). Dari paparan definisi dukungan sosial dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu dukungan positif yang diberikan kepada seseorang sehingga individu tersebut merasa bahwa dirinya disayangi, dicintai, dihargai, dihormati dan menjadi bagian dari suatu kelompok sosial.

Sestelah melakukan mini *survey* kepada tujuh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi didapati hasil bahwa mereka melakukan tindakan prokrastinasi dalam penyusunan skripsi. Hal ini dilakukan secara terus menerus hingga mengalami kegagalan dalam menyelesaikan skripsi. Namun, ketujuh mahasiswa ini juga mengatakan bahwa selama mereka menyusun skripsi, terdapat dukungan sosial yang menyertai. Dukungan ini bersumber dari keluarga dan lingkungan sekitar. Bentuk dan jenisnya pun beragam. Seperti dukungan emosional, dukungan persahabatan, dukungan instrumental dan dukungan material. Dampak dari dukungan yang didapatkan oleh ketujuh mahasiswa ini adalah mereka tetap termotivasi untuk menyelesaikan skripsi dengan progres yang baik.

Peran dukungan sosial sangat dibutuhkan untuk menangani kasus prokrastinasi sehingga mampu membuat individu menjadi sadar bahwa sikap prokrastinasi bisa merugikan mereka sendiri. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Safitri (2018) terkait dukungan sosial terhadap prokrastinasi dalam penyusunan skripsi menyatakan bahwa prokrastinasi bisa terjadi tergantung pada seberapa tinggi atau rendahnya dukungan sosial. Menurut Sarafino (2011:81) dukungan sosial merupakan dukungan yang bersumber

dari keluarga, teman, dokter atau suatu kelompok. Individu yang mendapat dukungan sosial mereka akan merasa dicintai, dihargai dan diperhatikan Sarafino (2011:81).

Atas dasar mini survey yang telah dilakukan dan dengan didukung oleh jawaban-jawaban ketujuh mahasiswa di atas, peneliti memiliki keyakinan bahwa perlunya dilakukan penelitian terkait peran dukungan sosial terhadap mahasiswa tingkat akhir program studi psikologi angkatan 2018 yang mengambil mata kuliah skripsi lebih dari satu kali di Universitas Dhyana Pura yang memiliki prokrastinasi saat penyusunan skripsi. Sehingga diketahui nantinya bagaimana peran dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa, dari mana sumbernya dan apa saja bentuk dukungan sosial yang didapatkan selama penyusunan skripsi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Kualitatif dengan pendekatan Fenomenologi. Unit analisis dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 9 dan semester 10 Program Studi Psikologi Universitas Dhyana Pura dan unit amatanya adalah peran dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa saat menyusun skripsi dengan memiliki prokrastinasi. Dalam penelitian ini, peneliti menentukan subjek yang akan dijadikan narasumber yaitu dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono, (2020) *Purposive sampling* merupakan teknik untuk pengambilan sumber data dengan pertimbangan tertentu artinya, narasumber sudah ditentukan oleh peneliti karena orang tersebut telah dianggap sebagai orang yang paling mengetahui tentang apa yang peneliti harapkan. Kriteria narasumber adalah mahasiswa angkatan 2018 yang sedang menyusun skripsi lebih dari satu kali pada Program Studi Psikologi Universitas Dhyana Pura dengan tindakan prokrastinasi yang dimiliki. Teknik penggalan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik penggalan data yang dikemukakan oleh Sugiyono (2020) yaitu wawancara, dokumen dan triangulasi. Teknik pengorganasasi dan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis yang dikemukakan oleh Sugiyono, (2020) yaitu reduksi data, penyajian data, penyimpulan dan verifikasi, dan kesimpulan akhir. Serta pedoman wawancara yang telah disusun berdasarkan teori-teori pendukung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi empat kelompok yaitu problematika selama penyusunan skripsi, kehadiran orang-orang terdekat yang memberikan dukungan selama penyusunan skripsi, emosional, dan perubahan yang terjadi saat penyusunan skripsi. berikut merupakan hasil penelitian:

1. Problematika selama penyusunan skripsi

Ketiga subjek mengalami suatu kegagalan dalam menyusun skripsi pada semester 8 dan semester 9. Hal ini dikarenakan kendala-kendala yang dialami yaitu kurangnya motivasi, ketidakpahaman terkait penyusunan skripsi dan masalah lainnya. Ketiga mahasiswa ini tidak dapat mengatasi kendala yang dialami sehingga mereka melakukan tindakan prokrastinasi.

2. Kehadiran orang-orang terdekat yang memberikan dukungan selama penyusunan skripsi

Selama penyusunan skripsi ketiga subjek mendapat dukungan yang bersumber dari keluarga, teman kuliah, teman kerja, pasangan, dan dosen pembimbing. Bentuk dukungan yang diberikan berupa dukungan emosional seperti kasih sayang dan perhatian. Dukungan persahabatan seperti kesediaan untuk mendengarkan keluh kesah. Dukungan instrumental berupa biaya kuliah, fasilitas seperti wifi, kendaraan, dan laptop. Dukungan informasi berupa penerimaan informasi-informasi terkait skripsi seperti ethical clearance, jurnal, buku, dan kebutuhan untuk sidang skripsi. Dukungan ini didapatkan atas dasar dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi.

3. Emosional

Pengertian emosional disini adalah berupa perasaan yang timbul ketika mahasiswa mengalami kegagalan dalam menyelesaikan skripsi dan perasaan yang timbul saat mendapat dukungan. Perasaan yang muncul akibat kegagalan adalah rasa sedih, marah, kecewa, kesal dan beban ketiga subjek memunculkan rasa iri karena mereka tidak dapat lulus bersamaan dengan teman-teman satu angkatnya. Sementara perasaan yang mereka rasakan akibat dukungan sosial adalah adanya perasaan senang, bersyukur dan kagum. Mereka beranggapan bahwa beruntung dalam mendapatkan dukungan karena tidak semua orang memiliki kesempatan untuk mendapatkan dukungan.

4. Perubahan yang terjadi terhadap skripsi dengan adanya dukungan sosial.

Ketiga subjek memiliki progress skripsi yang baik pada semester 10. Jika dibandingkan dengan semester 8 dan 9 sangat berbeda jauh. Ketiga subjek sudah bisa untuk mencari data dan mampu menyelesaikan alat ukur yang sebelumnya menjadi hambatan. Perubahan lainnya adalah prokrastinasi yang dimiliki oleh ketiga subjek dapat berkurang karena adanya motivasi dari luar untuk segera menyelesaikan skripsi.

Pembahasan

Dukungan sosial yang didapatkan oleh ketiga subjek pada saat penyusunan skripsi dengan memiliki prokrastinasi berasal dari berbagai sumber. Dukungan tersebut bersumber dari orang-orang terdekat yaitu keluarga, teman, pasangan dan dosen pembimbing. Kehadiran orang-orang terdekat dapat membuat individu merasa dihargai, dicintai dan diperhatikan. (Amseke, 2018) mengatakan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh orang-orang terdekat, yang sifatnya mencintai, menghormati, dan menghargai individu akan jauh lebih bermanfaat daripada dukungan yang diberikan oleh orang asing atau yang tidak memiliki hubungan yang dekat dengan individu.

Bentuk-bentuk dukungan sosial yang didapatkan oleh ketiga subjek beragam jenisnya. yaitu dukungan emosional, dukungan persahabatan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi (Ekanita & Putri 2019). Dukungan emosional yang didapatkan oleh ketiga subjek berupa kata-kata penyamangat, kasih sayang dan perhatian. dukungan persahabatan yang didapat oleh ketiga subjek adalah mereka berkumpul bersama untuk mengerjakan skripsi, hal ini memiliki tujuan agar ketiga subjek dapat bertukar pikiran dan keluh kesah. Dukungan instrumental yang didapatkan oleh ketiga subjek adalah berupa biaya kuliah yang diberikan oleh orang tua, fasilitas lainnya seperti wifi, kendaraan dan laptop yang berguna untuk menunjang kuliah. Dukungan informasi yang didapatkan oleh ketiga subjek adalah berupa informasi terkait perlengkapan skripsi seperti ethical clearance, membantu mencari jurnal dan buku-buku.

Dukungan sosial yang mereka dapatkan memunculkan perasaan yang senang bagi ketiga subjek. Mereka merasa bersyukur karena masih ada orang-orang yang mendorong mereka untuk segera menyelesaikan skripsi tersebut. Selain memunculkan perasaan yang senang, dukungan sosial memberikan suatu perubahan perilaku pada ketiga subjek. Perubahan perilaku yang dialami oleh ketiga subjek berupa meningkatnya motivasi untuk mengerjakan skripsi. pada semester 10 ini ketiga subjek memiliki progress skripsi yang baik. selain itu, perubahan perilaku yang dialami adalah berkurangnya tindakan prokrastinasi secara perlahan. Hal ini terjadi karena dukungan sosial yang didapatkan kemudian individu menerima dengan baik sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang positif.

Hal yang dialami oleh ketiga subjek sejalan dengan teori SOR (Stimulus, Organisme, Respons) yang dikemukakan oleh Skinner. Teori ini menjelaskan bahwa perubahan perilaku yang dialami oleh seseorang didasari oleh respon individu terhadap stimulus dari luar. Perubahan perilaku juga didasari atas bagaimana kualitas komunikasi antara individu dengan lingkungan sekitar (Nizaar, 2022). Dukungan sosial yang memberikan suatu perubahan pada sikap prokrastinasi yang dimiliki oleh ketiga narasumber memiliki keterkaitan pada teori SOR (Stimulus, Organisme, Respons). Stimulus yang dimaksud adalah dukungan sosial itu sendiri kemudian organisme merupakan mahasiswa yang menerima dukungan kemudian disusul dengan adanya respons yang ditunjukkan oleh mahasiswa.

Stimulus berupa dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa dengan baik dapat memunculkan perilaku yang baik pula. Perilaku tersebut adalah mahasiswa lebih termotivasi dan lebih bersemangat untuk mengerjakan skripsinya agar dapat lulus. Prokrastinasi yang disebabkan oleh beberapa hal dan dimiliki oleh ketiga subjek perlahan mulai berkurang dikarenakan adanya stimulus dari luar yaitu dukungan sosial.

Sejak awal, penyebab terjadinya prokrastinasi pada ketiga subjek adalah adanya ketidakpahaman terkait skripsi yang sedang mereka susun. Pada subjek 1 ia memiliki kesulitan untuk menentukan topik penelitian. Pada subjek 2 ia tidak memahami revisi yang diberikan oleh dosen. Sementara pada subjek 3 ia tidak memahami materi dan kesulitan dalam pembuatan alat ukur. Hambatan dalam pemahaman yang dialami oleh ketiga subjek ini sejalan dengan teori taksonomi bloom yang membagi ranah kognitif menjadi enam tingkatan salah satunya adalah pemahaman (*comprehension*) (Magdalena et al 2020). Bloom mengatakan bahwa pemahaman hendaknya dapat dikuasai oleh pelajar yang kemudian diolah dan dihubungkan dengan pengetahuan lainnya agar menjadi suatu makna tertentu (Rosyidah et al 2020). Namun dalam hal ini ketiga subjek tidak dapat memahami skripsi yang mereka susun. Pemahaman merupakan bagian yang penting dalam proses belajar. Jika mahasiswa tidak dapat memahami, maka mereka akan mengalami kesulitan dalam masa belajarnya (Rosyidah et al 2020).

Karakter tugas yang sulit membuat ketiga subjek melakukan prokrastinasi, perasaan yang muncul dalam diri mereka sangatlah bervariasi. Pada subjek 1 dan 3 mereka merasa overthinking dan stress, kedua subjek sangat memikirkan skripsinya. Hal yang dialami oleh subjek 1 dan subjek 3 sejalan dengan teori stress yang dikemukakan oleh Hans Selye yaitu *stress model response* yang mengacu pada tekanan dari luar individu (Gaol, 2016). Sementara pada subjek 2 ia merasakan hal yang lega karena ia beranggapan bahwa skripsi tersebut dapat dikerjakan di hari berikutnya.

Penyusunan skripsi yang dianggap sulit pada subjek 1 dan subjek 2 dialihkan dengan kegiatan yang lebih disenangi yaitu bermain ponsel dan menonton Drama Thailand. Hal ini dilakukan selama berjam-jam sehingga terlupa untuk mengerjakan skripsi. Sementara pada subjek 3 ia justru tidak nyaman dengan kegiatan apapun yang ia lakukan. Hal ini disebabkan oleh subjek 3 selalu memikirkan skripsinya. Tindakan yang dilakukan

oleh subjek 1 dan 2 dapat dikaitkan dengan teori skala prioritas Scott yang menjelaskan bahwa seseorang harus memahami perbedaan aktivitas yang bersifat “*urgent*” dan “*important*” (mendesak dan penting) Tinambunan, (2023) Aktivitas tersebut dibagi dalam empat point yaitu mendesak dan penting penting tapi tidak mendesak, mendesak tapi tidak penting dan aktivitas tidak mendesak dan tidak penting. Dalam hal ini kegiatan yang dilakukan oleh subjek 1 dan 2 tidak memiliki sifat *urgent* dan *important*. Tindakan yang dilakukan subjek 1 dan 2 masuk ke dalam aktivitas yang tidak penting dan tidak mendesak.

Emosional yang muncul pada ketiga subjek saat mengalami kegagalan adalah sedih, marah, kecewa, kesal, iri, dan beban. Ketiga subjek merasa kecewa terhadap dirinya sendiri karena tidak dapat menyelesaikan tugasnya. Perasaan iri pun muncul karena melihat teman-teman yang sudah wisuda. Emosional yang dirasakan oleh ketiga subjek dapat dikaitkan dengan teori klasifikasi emosi David Krech yang menjabarkan bahwa kemarahan, ketakutan dan kesedihan merupakan ungkapan emosi yang mendasar Hutabarat, Rosmaini, Hadi (2022). Artinya, emosi yang dirasakan oleh ketiga subjek merupakan perasaan yang wajar pada saat mengalami kegagalan.

SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik pada penelitian ini adalah bahwa dukungan sosial yang diterima oleh para mahasiswa selama penyusunan skripsi yang memiliki prokrastinasi bersumber dari lingkungan terdekat seperti keluarga, sahabat, teman, dosen dan pasangan. Kendala-kendala yang mereka alami selama menyusun skripsi ternyata membuat mereka memilih untuk melakukan tindakan prokrastinasi secara berulang.

Dukungan fisik dan emosional dari keluarga sangat penting untuk memberikan suatu motivasi (Dewi, 2019) Dalam hal ini, dukungan sosial dari lingkungan terdekat memiliki peranan yang penting yaitu memberikan suatu dorongan dan motivasi pada perilaku mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Bentuk-bentuk dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa dapat mendukung mereka untuk menjadi lebih baik dalam menyikapi penyelesaian skripsi. Terdapat dukungan sosial yang berbentuk dukungan emosional seperti kasih sayang, perhatian, dan rasa cinta. Dukungan instrumental merupakan kesediaan orang-orang terdekat untuk mendengar keluh kesah narasumber. Dukungan persahabatan yaitu narasumber kerap kali mengerjakan tugas bersama, dibantu untuk mencari jurnal dan buku-buku. Dukungan material seperti biaya kuliah, fasilitas dan kendaraan.

Dukungan sosial yang didapatkan oleh narasumber memunculkan suatu perubahan perilaku yaitu mulai berkurangnya tindakan prokrastinasi dan memunculkan suatu motivasi untuk menyelesaikan skripsi. Membahas tentang perubahan perilaku, hal ini sejalan dengan teori SOR (Stimulus-Organisme-Respons) oleh Skinner. Teori ini menjelaskan bahwa perubahan perilaku yang dialami oleh seseorang didasari oleh respon individu terhadap stimulus dari luar. Perubahan perilaku yang dialami oleh mahasiswa berasal dari adanya dukungan sosial yang diterima dengan sangat baik oleh mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Amseke, F. V. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 65-81.
- Ananda, H. F. (2014). Optimalisasi peran fungsi mahasiswa sebagai agent of change dan social control dalam permasalahan ketahanan pangan asean 2015. *Jurnal Ketahanan Pangan*.
- Agestin, N. P. L., Ayuningtias, A. U. H., & Waruwu, D. (2020). Kesejahteraan Psikologis Lansia yang Tidak Mempunyai Anak Laki-Laki di Panti Sosial Tresna Werdha X Bali. *JURNAL PSIKOLOGI MANDALA*, 3(1).
<https://doi.org/10.36002/jpm.v3i1.1081>
- Cahyono, H. (2019). Peran mahasiswa di Masyarakat. *De Banten-Bode: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Setiabudhi*, 1(1), 32-41.
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan sosial dengan penyesuaian diri santriwati kelas VII madrasah tsanawiyah (MTS) pondok pesantren di sukoharjo. *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149-154.
- Farkhah, S. B., Hasanah, M., & Amelasasih, P. (2022). Pengaruh Academic Burnout Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1), 47-57.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin psikologi*, 24(1), 1-11.
- Haryanti, A., & Santoso, R. (2020). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Organisasi. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1).
- Hutabarat, G., Rosmaini, R., & Hadi, W. KLASIFIKASI EMOSI TOKOH UTAMA DALAM FILM 27 STEPS OF MAY (KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA DAVID KRECH). *JURNAL SASINDO (Program Studi Sastra Indonesia FBS UNIMED)*, 11(2).
- Magdalena, I., Islami, N. F., Rasid, E. A., & Diasty, N. T. (2020). Tiga ranah taksonomi bloom dalam pendidikan. *EDISI*, 2(1), 132-139.
- Monalisa, S., & Kurniadi, B. (2019). Sistem Informasi Monitoring Perkembangan Skripsi dengan Reminder System untuk Mahasiswa. *Digital Zone: Jurnal Teknologi Informasi dan Komunikasi*, 10(1), 23-32.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 45-52.
- Nizaar, M., & Si, M. P. (2022, August). Green Education untuk Mengembangkan Karakter Entrepreneurship Siswa Abad 21. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (Snppm) Universitas Muhammadiyah Metro* (Vol. 4, No. 1, pp. 6-15).
- Perdana, K. I., & Wijaya, H. E. (2021). Regulasi Diri dalam Belajar Sebagai Prediktor Resiliensi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Psycho Idea*, 19(2), 186-198.
- Prayoga, A., Harini, H., & Totalia, S. A. (2023). Pengaruh Internal Locus Of Control dan Dukungan Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa FKIP UNS. *Journal on Education*, 5(4), 14021-14030.
- Rosyidah, U., Mustika, J., & Setiawan, F. (2020). Analisis Pemahaman Konsep Matematis Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika Dalam Mata Kuliah Aljabar Dasar. *LINEAR: Journal of Mathematics Education*, 46-56.

- Ramadhani, E. (2019). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Palembang dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Wahana Konseling*, 2(1), 13-19.
- Safitri, A. (2018). Hubungan dukungan sosial orang tua terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. *Insight: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 14(2), 154-173.
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Sugiyono, 2020. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tinambunan, A. P. (2023). "Time Management" Bagaimana Menggunakan Waktu dengan Baik. *Kaizen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 29-35.
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal SosioHumaniora*, 5(1).
- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., & Yang, N. (2020). The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*, 26, e923549-1.