



Volume 8 No 2 Maret 2023
p-ISSN: 2460-8750 e-ISSN: 2615-1731
<https://doi.org/10.26858/talenta.v8i2.36500>



Dukungan Sosial Orangtua dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa di SMA

Sephia Nur Hanifah^{1*}, Alif Muarifah²

¹²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan. Indonesia

Email: sephia1800001088@webmail.uad.ac.id



©2018 –JPT Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Ini adalah artikel dengan akses terbuka di bawah licensi CC BY-NC-4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

ABSTRACT

The problem of academic procrastination is very detrimental to the world of education. Academic procrastination is formed from several factors including parental social support and self-efficacy. The purpose of this study was to determine the relationship between parental social support and self-efficacy with academic procrastination in students at SMAN 1 Ngaglik. This research method is quantitative with the research target being class X and XI of SMAN 1 Ngaglik. Sampling used the Proportionate Stratified Random Sampling technique with a total sample of 195 students. The instruments used were the parental social support scale, the efficacy scale, and the academic procrastination scale. Researchers analyzed the data with multiple correlation data analysis techniques and product moment correlation. The results showed that between parents' social support and self-efficacy with academic procrastination showed a sig F Change value of 0.000, for parental social support with procrastination showed a sig value of 0.000, and self-efficacy with academic procrastination in students showed a sig value of 0.000 (p value <0.05). So it can be concluded that there is a negative relationship between parental social support and self-efficacy with academic procrastination in students at SMAN 1 Ngaglik.

Keywords: *Academic procrastination, parent's social support, self-efficacy*

ABSTRAK

Permasalahan prokrastinasi akademik sangat merugikan dunia pendidikan. Prokrastinasi akademik terbentuk dari beberapa faktor diantaranya dukungan sosial orangtua dan efikasi diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik. Metode Penelitian ini adalah kuantitatif dengan sasaran penelitian yaitu kelas X dan XI SMAN 1 Ngaglik. Pengambilan sampel menggunakan teknik Proportionate Stratified Random Sampling dengan jumlah sampel penelitian 195 siswa. Instrumen yang digunakan adalah skala dukungan sosial orangtua, skala efikasi, dan skala prokrastinasi akademik. Peneliti menganalisis data dengan teknik analisis data korelasi berganda dan korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai sig F Change 0,000, untuk dukungan

sosial orangtua dengan prokrastinasi menunjukkan nilai sig 0,000, dan pada efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa menunjukkan nilai sig 0,000 (nilai $p < 0.05$). Maka dapat disimpulkan bahwasannya adanya hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik.

Keyword: *Dukungan sosial orangtua, efikasi diri, prokrastinasi akademik*

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peran penting dalam pembentukan karakter dan kemampuan siswa untuk meraih kesuksesan di masa depan khususnya pada tahap SMA. Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan siswa yang berada pada masa remaja, merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Sari, 2017). Dimulai pada usia 13 sampai dengan 18 tahun. Pada masa tersebut, perkembangan kognitif, afektif, dan moral sudah berkembang dan mencapai taraf operasi formal (Piaget, 2002). Remaja pada perkembangan ini diharapkan dapat bertanggung jawab dalam menyelesaikan berbagai tugas baik dibidang akademik maupun non akademik. Namun, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengelola waktu dan menyelesaikan tugas-tugas akademik tepat waktu. Prokrastinasi akademik, atau kebiasaan menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah, menjadi salah satu masalah yang merugikan dunia pendidikan.

Prokrastasi akademik merupakan perilaku menunda tugas yang berkaitan dengan pembelajaran (Steel & Klingsieck, 2016). Prokrastinasi akademik terjadi pada siswa ditandai dengan penundaan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas, ketidaksesuaian waktu antara rencana dan kinerja aktual, keterlambatan yang disengaja dalam mengerjakan tugas, melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas (Ferrari, Johnson & McCown, 2013). Siswa pelaku prokrastinasi akademik melakukan kegiatan yang tidak dibutuhkan dalam akademik seperti bermain game, jalan-jalan, menonton film.

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas XI di SMA Santo Kristoforus 1 Jakarta, diketahui bahwa sebanyak 5,45% siswa memiliki prokrastinasi tinggi dan 67,27% siswa memiliki prokrastinasi sedang (Basilisa & Pedhu, 2021). Selanjutnya, hasil penelitian pada siswa di SMA Darul Falah Cililin, diketahui sebanyak 79% siswa memiliki prokrastinasi akademik tinggi (Permana, 2019). Selanjutnya, hasil penelitian di SMAN 2 Mukomuko pada siswa kelas X, diketahui sebanyak 85% siswa memiliki prokrastinasi akademik sedang dan 7% siswa memiliki prokrastinasi akademik tinggi (Amelia & Hadiwinarto, 2020). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat tingkat prokrastinasi akademik yang cukup tinggi pada siswa, dengan persentase yang bervariasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan dua guru Bimbingan dan Konseling, permasalahan prokrastinasi akademik juga terlihat di SMAN 1 Ngaglik, diketahui bahwa banyak siswa menunda-nunda menyelesaikan tugas, terlambat dalam mengumpulkan tugas, mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR) di kelas, siswa memilih bermain dengan teman daripada mengerjakan tugas. Selain itu, diketahui siswa merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas dan siswa takut salah dalam menyelesaikan tugas.

Guru bimbingan dan Konseling di SMAN 1 Ngaglik melakukan pemantauan terhadap siswa melakukan prokrastinasi akademik melalui *group whatsapp*, di dalamnya terdapat siswa, guru mata pelajaran, dan guru wali kelas. Guru mata pelajaran akan membuat daftar siswa yang tidak mengerjakan tugas, kemudian guru Bimbingan dan Konseling mengingatkan siswa agar mengerjakan tugas. Guru Bimbingan dan Konseling juga berkomunikasi dengan orangtua siswa terkait hal tersebut, namun orangtua siswa sibuk dengan pekerjaannya sehingga kurang maksimal dalam memantau, memperhatikan, dan mengarahkan siswa dalam belajar.

Dari data wawancara di atas, maka dapat diketahui bahwa siswa di SMAN 1 Ngaglik

melakukan prokrastinasi akademik. Efek dari prokrastinasi akademik dapat menimbulkan dampak buruk (Burka & Yuen, 2008, Triyono & Khairi, 2018, Longjohn & Michael, 2019, Ramadhani, Sadiyah, Putri & Pohan, 2020). Menurut Burka dan Yuen (2008), tidak bisa menyelesaikan tugas secara maksimal dan mendapatkan teguran dari guru karena terlambat mengumpulkan tugas, merasa bersalah, menyesal, dan takut. Menurut Triyono dan Khairi (2018), menimbulkan emosi negatif berupa cemas dan stress, jika tidak dikelola dengan baik akan mengganggu konsentrasi siswa dalam menyelesaikan tugas. Menurut Longjohn dan Michael (2019), siswa menjadi malas, ceroboh, pasif, dan tidak bertanggung jawab. Menurut Ramadhani, Sayidah, Putri, dan Pohan (2020), prokrastinasi akademik dapat menghambat siswa dalam proses belajar disekolah.

Permasalahan prokrastinasi akademik sangat merugikan dunia pendidikan. Prokrastinasi akademik terbentuk bukan dari generis, melainkan dari beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ferrari, Johnson & McCown, 2013). Faktor internal terdiri dari kondisi fisik, kondisi psikologis, efikasi diri, kontrol diri, kesadaran diri, dan motivasi intrinsik. Faktor eksternal terdiri dari pola asuh orangtua, lingkungan sekolah, lingkungan tempat tinggal.

Lingkungan tempat tinggal merupakan lingkungan yang didalamnya terdapat orangtua. Bentuk dukungan orangtua mempunyai peran penting dalam mengantarkan anak menuju keberhasilan. Dukungan sosial orangtua merupakan rasa nyaman, kasih sayang, bantuan, dan perhatian yang diberikan oleh orangtua (Sarafino & Smith, 2014).

Dukungan sosial orangtua merupakan sumber dukungan pertama bagi siswa. Dukungan sosial orangtua dapat berupa dukungan penghargaan, dukungan emosional, dukungan informasi, dan dukungan instrumental (Taylor, 2012). Penerimaan dukungan sosial orangtua dapat membuat siswa menghindari prokrastinasi akademik (Steel, 2010). Dukungan sosial orangtua akan membuat siswa lebih semangat dalam mengerjakan tugas karena ia merasa bahwa bukan hanya dirinya yang ingin sukses, tetapi juga orangtuanya. Apabila dukungan sosial orangtua tidak diberikan secara maksimal maka dapat menghambat tahapan selanjutnya ketika siswa memasuki perguruan tinggi ataupun dunia kerja.

Berdasarkan hasil penelitian Kristy (2019) diketahui bahwa tingginya dukungan sosial orangtua akan membuat pandangan hidup siswa lebih positif, mempunyai pengalaman hidup lebih baik, dan meningkatkan harga diri sehingga siswa semakin semangat dalam menyelesaikan tugas. Hal ini diperkuat oleh penelitian Amseke (2018) bahwa dukungan sosial orangtua diperlukan mendorong siswa supaya mampu meraih hasil belajar yang baik. Dengan dukungan sosial orangtua diharapkan siswa dapat menghindari prokrastinasi akademik.

Selain lingkungan tempat tinggal, ada juga faktor prokrastinasi akademik yang berasal dari dalam diri siswa yaitu efikasi diri. Efikasi diri adalah teori kognitif sosial yang dikemukakan oleh Bandura. Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan (Bandura dalam Feist, Feist & Roberts 2013). Semakin tinggi efikasi diri siswa dapat memberikan dorongan untuk mencapai tujuan, sehingga seorang siswa dapat terhindar dari perilaku penundaan (Nurahmawati, Muarifah & Purwadi, 2022). Dengan adanya keyakinan diri dan harapan keberhasilan akan membuat individu memiliki keinginan untuk mencapai tujuannya.

Efikasi diri merupakan penilaian diri, apakah dirinya melakukan tingkah laku yang benar atau salah, baik atau buruk, mampu atau tidak mampu dirinya dalam melakukan sesuatu sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan (Alwisol, 2016). Efikasi diri sangat dibutuhkan dalam membangun jati diri agar dapat meraih keberhasilan. Individu dengan efikasi diri tinggi akan tetap tenang ketika menghadapi masalah, ketika gagal berusaha lebih keras, dan mencari jalan keluar, bukan memikirkan kelemahan dirinya. Sedangkan efikasi rendah akan menghambat usaha dan menyebabkan individu cepat menyerah.

Efikasi diri dapat digunakan untuk mengusai keadaan dan menghasilkan sesuatu yang

bermanfaat (Santrock, 2013). Ada tiga aspek dalam efikasi diri yaitu aspek tingkat, keluasaan, dan kekuatan (Bandura, 1999). Individu yang mempunyai efikasi diri akan memiliki ketiga aspek tersebut. Dengan efikasi diri membuat siswa semakin semangat dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dimiliki.

Berdasarkan hasil penelitian Lubis (2018) diketahui bahwa siswa yang mempunyai efikasi diri tinggi akan berusaha lebih keras dan kuat saat mengalami kesulitan dalam proses belajar. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Setyowani dan Sunawan (2018), bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa akan berpengaruh ketika siswa menghadapi tugas akademik dan akan membuat siswa lebih percaya diri serta memunculkan dorongan lebih kuat dalam menyelesaikan tugas. Hasil penelitian Mukaromah, Sugiyo, dan Mulawarman (2018), diketahui bahwa efikasi diri dapat membuat siswa semakin aktif terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Meskipun demikian, penelitian tersebut belum memberikan informasi mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik pada siswa. Oleh karena itu, masih diperlukan penelitian lanjutan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa sehingga dapat dilakukan intervensi yang tepat untuk mengatasi masalah ini.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai “Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di SMAN 1 Ngaglik Tahun Ajaran 2021/2022”. Adanya penelitian ini dapat mengetahui profil dukungan sosial orangtua, efikasi diri, dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMAN 1 Ngaglik. Dengan harapan memberikan rekomendasi bagi guru BK untuk membantu siswa mengatasi masalah prokrastinasi akademik. Penelitian ini dilakukan pada saat masa transisi pasca pandemi, dimana terdapat penyesuaian pada siswa dari segi pembelajaran di sekolah. Hal itu yang menjadi pembeda antara penelitian ini dengan penelitian yang lainnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Penelitian korelasi merupakan penelitian yang mempunyai tujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel yang diteliti. Variabel bebas pada penelitian ini adalah dukungan sosial orangtua dan efikasi diri. Dukungan sosial orangtua merupakan informasi dari orangtua yang menunjukkan individu dihargai, diperhatikan, dan dicintai. Efikasi diri merupakan keyakinan individu pada kemampuannya dalam melakukan suatu tindakan untuk mencapai tujuan. Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah prokrastinasi akademik adalah penundaan menyelesaikan tugas akademik.

Penelitian ini bertempat di SMAN 1 Ngaglik. Populasi dari penelitian ini adalah 432 siswa yang terdiri dari kelas X dan XI. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini ditentukan berdasarkan tabel penentuan jumlah sampel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5%. Sehingga jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 195 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik non-tes. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologis. Dukungan orangtua diukur dengan skala dukungan sosial orangtua yang mengacu dari teori yang dikemukakan oleh Taylor. Efikasi diri diukur dengan skala efikasi diri yang mengacu dari teori yang dikemukakan oleh Bandura. Prokrastinasi akademik diukur dengan skala prokrastinasi akademik mengacu dari teori yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi berganda dan korelasi product moment. Uji asumsi yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linearitas.

Sebelum melakukan penelitian peneliti melakukan uji coba skala kepada 30 siswa

kemudian melakukan uji validasi dengan menggunakan rumus product moment dan uji reliabilitas dengan rumus *alpha cronbach*. Hasil uji validitas skala dukungan sosial orangtua menunjukkan bahwa dari 54 butir terdapat 10 butir gugur karena nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ (0,361) yaitu butir nomor 3, 6, 20, 29, 30, 37, 38, 47, 48, dan 49. Sehingga jumlah butir yang digunakan dalam penelitian sebanyak 44 butir. Hasil uji validitas skala efikasi diri menunjukkan bahwa dari 30 butir terdapat 8 butir gugur karena nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ (0,361) yaitu butir nomor 1, 4, 5, 9, 14, 19, 20, dan 22. Sehingga jumlah butir yang digunakan dalam penelitian sebanyak 22 butir. Hasil uji validitas skala prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa dari 40 butir terdapat 20 butir gugur karena nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ (0,361) yaitu butir nomor 6, 8, 9, 10, 11, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 28, 31, 33, 35, 38, 37, 39, dan 40. Sehingga jumlah butir yang digunakan dalam penelitian sebanyak 20 butir. Sedangkan hasil uji reliabilitas skala dukungan sosial orangtua menghasilkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,937, skala efikasi diri 0,866, dan skala prokrastinasi akademik 0,828.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	Keterangan
Dukungan sosial orangtua	0,424	Normal
Efikasi diri	0,450	Normal
Prokrastinasi akademik	0,098	Normal

Dari tabel di atas, maka dapat diketahui nilai sig variabel dukungan sosial orangtua yaitu sebesar 0,424, efikasi diri 0,450, dan prokrastinasi akademik 0,098. Hasil ini menunjukkan bahwa ketiga variabel memiliki nilai sig > 0,05 yang berarti data berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Nilai sig pada <i>linearity</i>	Nilai sig pada <i>deviation from linearity</i>	Keterangan
Prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orangtua	0,000	0,099	Linear
Prokrastinasi akademik dengan efikasi diri	0,000	0,145	Linear

Dari tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa pada variabel prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orangtua terdapat nilai sig pada *linearity* 0,000 < 0,05 dan nilai sig pada *deviation from linearity* 0,099 > 0,05, artinya terdapat hubungan yang linear antara prokrastinasi akademik dengan dukungan sosial orangtua. Selanjutnya, pada variabel prokrastinasi akademik dengan efikasi diri terdapat nilai sig pada *linearity* 0,000 < 0,05 dan nilai sig pada *deviation from linearity* 0,145 > 0,05, artinya terdapat hubungan yang linear antara prokrastinasi akademik dengan efikasi diri.

Tabel 3. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Dukungan sosial orangtua	0,632	1,583	Tidak terjadi multikolinearitas
Efikasi diri	0,632	1,583	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada variabel dukungan sosial orangtua dan efikasi diri terdapat nilai *tolerance* sebesar 0,632 dan nilai VIF sebesar 1,583. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antara variabel bebas.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Pertama

Model	R	Sig. F Change
Analisis determinasi	0,798	0,000

Berdasarkan tabel di atas, terdapat nilai sig F *Change* sebesar 0,000 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan secara simultan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Kemudian hubungan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik secara simultan memiliki hubungan yang kuat. Hal ini ditunjukkan dengan nilai R (koefisien korelasi) sebesar 0,798, berada pada interval 0,60-0,799 (Sugiyono, 2016).

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Kedua

Variabel	Pearson Correlation	Sig
Dukungan Sosial Orangtua	-0,605	0,000

Berdasarkan tabel di atas, terdapat nilai sig 0,000 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Artinya ada hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik. Kemudian hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik secara simultan memiliki hubungan yang sedang. Hal ini ditunjukkan dengan nilai *pearson correlation* sebesar -0,605, berada pada interval 0,40-0,599 (Sugiyono, 2016).

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis Ketiga

Variabel	Pearson Correlation	Sig
Efikasi diri	-0,781	0,000

Berdasarkan tabel di atas, terdapat nilai sig 0,000 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Artinya ada hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik. Kemudian hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik secara simultan memiliki hubungan yang kuat. Hal ini ditunjukkan dengan nilai *pearson correlation* sebesar -0,781, berada pada interval 0,60-0,799 (Sugiyono, 2016)

Pembahasan

1. Hubungan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik

Hasil analisis uji hipotesis dengan korelasi berganda menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik dengan nilai sig F change 0,000 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Artinya dukungan sosial orangtua memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orangtua yang diterima oleh siswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa. Oleh karena itu, peran orangtua sangat penting dalam mendukung kegiatan akademik siswa di rumah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orangtua dan efikasi diri yang dimiliki siswa, maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Hasil penelitian ini diperkuat oleh teori Ferrari, Johnson & McCown (2013) bahwa prokrastinasi akademik dapat berasal dari faktor eksternal seperti dukungan sosial orangtua dan

faktor internal seperti efikasi diri. Burka dan Yuen (2008) juga mendukung faktor yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik yaitu keadaan emosional dan psikologis individu, keluarga, dukungan orangtua, status sosial, dan dukungan keadaan lingkungan. Efikasi diri dapat meningkat ketika individu memperoleh dukungan dari orang terdekat. Hasil penelitian Wang (2015) menunjukkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial yang baik akan dapat meningkatkan efikasi diri, namun tergantung pada bagaimana dukungan tersebut digunakan dan dibutuhkan oleh individu.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di berbagai sekolah di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial orangtua dan efikasi diri merupakan faktor-faktor penting dalam mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dukungan sosial orangtua memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orangtua yang diterima oleh siswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa. Oleh karena itu, peran orangtua sangat penting dalam mendukung kegiatan akademik siswa di rumah.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar guru BK memberikan konseling kelompok dengan teknik self-management dan home visit untuk bekerjasama dengan orangtua dalam mengawasi siswa di rumah. Hal ini dapat membantu siswa dalam mengurangi prokrastinasi akademik dan meningkatkan efikasi diri mereka. Selain itu, orangtua juga perlu mendukung kegiatan akademik anak-anak mereka di rumah untuk membantu mengurangi prokrastinasi akademik.

2. Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA N 1 Ngaglik. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi 0,000. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN1 Ngaglik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Krisnadi dan Susilawati (2019) bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa. Menurut Sarafino dan Smith (2014) dukungan sosial orangtua adalah pemberian dukungan oleh orangtua yang dapat berupa perasaan nyaman, cinta, kasih sayang, bantuan, dan perhatian. Steel (2010) mengatakan bahwa dukungan sosial orangtua memiliki peran yang penting dalam prokrastinasi akademik. Hasil penelitian Olivianira dan Hikmawati (2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat penting karena akan mempengaruhi pikiran yang lebih positif. Hasil ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial orangtua dapat berpengaruh pada perilaku akademik siswa. Dukungan sosial orangtua akan membuat siswa berusaha tidak menunda-nunda mengerjakan tugas akademik, karena siswa dengan dukungan orangtua yang baik akan memiliki pikiran yang lebih positif ketika mengalami situasi yang sulit, dibandingkan dengan siswa yang memiliki tingkat dukungan rendah.

Siswa yang memiliki dukungan sosial orangtua yang tinggi juga akan merasa lebih percaya diri dan memiliki motivasi untuk menyelesaikan tugasnya, sedangkan siswa dengan dukungan sosial orangtua yang rendah kurang bersemangat untuk menyelesaikan tugas. Anam (2017) dukungan sosial orangtua dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dengan adanya keterlibatan orangtua dapat membangun

hubungan saling percaya dengan siswa untuk memastikan siswa memiliki sikap dan proses belajar yang lebih baik.

Dukungan sosial yang diberikan oleh orangtua dapat memberikan pengaruh positif pada efikasi diri siswa, sehingga dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Selain itu, dukungan sosial juga dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada siswa, sehingga dapat mengurangi kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan. Sehingga perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan peran orangtua dalam memberikan dukungan sosial pada anak-anak mereka. Dukungan sosial yang dapat diberikan oleh orangtua antara lain adalah dukungan emosional, dukungan instrumental, dan dukungan informasional. Selain itu, penting juga untuk mengembangkan program-program yang dapat membantu siswa dalam mengelola waktu dan meningkatkan efikasi diri mereka.

Kendati demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi hasil pada populasi lain di luar SMAN1 Ngaglik. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan sampel yang lebih luas dan beragam, serta melibatkan variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa.

3. Hubungan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA N 1 Ngaglik. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Berdasarkan hasil tersebut, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN1 Ngaglik. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri siswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya.

Hasil ini konsisten dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Penelitian Chavez, Quispeb, Condori, dan Sevillano (2020) bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa. Bandura (1999) menyatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan individu pada kemampuan dirinya dalam melakukan suatu tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan. Dalam prokrastinasi akademik, efikasi diri akan mempengaruhi tindakan siswa saat mengalami hambatan dalam mengerjakan tugas sehingga mampu meraih hasil yang diinginkan. Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung berusaha menyelesaikan tugasnya, sedangkan siswa yang memiliki efikasi diri rendah akan menunda tugas.

Efikasi diri akan mempermudah siswa dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Siswa dengan efikasi diri tinggi akan berusaha lebih keras dalam menyelesaikan tugasnya, ketika gagal siswa akan tetap berusaha dan mencari jalan keluar. Sebaliknya, siswa dengan efikasi diri rendah hanya akan memikirkan kelemahannya dan cepat menyerah sehingga membuat individu menunda menyelesaikan tugas. Tingginya efikasi diri dapat membantu siswa dalam mengatasi prokrastinasi akademik. Siswa yang memiliki keyakinan kuat dalam kemampuan dirinya cenderung memiliki motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan tugas-tugas akademiknya dan mengatasi tantangan yang dihadapinya. Selain itu, siswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi juga cenderung memiliki kemampuan untuk mengatur waktu dan mengorganisir pekerjaan mereka secara efektif sehingga dapat menghindari prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, perlu diperhatikan pentingnya pengembangan efikasi diri pada siswa sebagai salah satu upaya untuk mengurangi tingkat prokrastinasi akademik. Sekolah dan orangtua dapat memberikan dukungan yang positif dan memberikan pengalaman sukses pada siswa sehingga siswa merasa lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya. Selain itu, pendekatan

pembelajaran yang memberikan tantangan dan pengalaman nyata dapat membantu siswa untuk meningkatkan efikasi dirinya dan mengurangi prokrastinasi akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut: Ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMA N 1 Ngaglik. Hal ini dibuktikan nilai sig F Change 0,000 (nilai $p < 0.05$). Sehingga peran orangtua sangat penting dalam mendukung kegiatan akademik siswa di rumah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial orangtua dan efikasi diri yang dimiliki siswa, maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

Ada hubungan negatif antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig 0,000 (nilai $p < 0.05$). Dukungan sosial yang diberikan oleh orangtua dapat memberikan pengaruh positif pada efikasi diri siswa, sehingga dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Selain itu, dukungan sosial juga dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada siswa, sehingga dapat mengurangi kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan.

Ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa di SMAN 1 Ngaglik. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig 0,000 (nilai $p < 0.05$). Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri siswa, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya.

Prokrastinasi akademik pada siswa SMA masih menjadi permasalahan yang sering ditemukan. Hasil analisis uji hipotesis dengan korelasi berganda pada penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Sementara itu, penelitian kedua dan ketiga menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Oleh karena itu, dukungan sosial orangtua dan efikasi diri perlu diperhatikan sebagai faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa.

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah: bagi siswa hendaknya dapat memiliki keyakinan yang kuat dalam menyelesaikan tugas dengan baik, selain itu, diharapkan memanfaatkan layanan bimbingan konseling yang ada disekolah untuk memecahkan permasalahannya seperti prokrastinasi akademik. Bagi guru Bimbingan dan Konseling hendaknya memberikan layanan yang tepat untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada siswa seperti layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya melakukan *home visit* untuk menjalin kerjasama dengan orangtua siswa guna mengawasi siswa selama di rumah. Bagi orangtua agar selalu memberikan dukungan penuh kepada siswa sehingga dapat percaya kepada kemampuan yang dimiliki, dan juga memberikan dukungan agar siswa dapat terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2016). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Amelia, K., & Hadiwinarto, H. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas X IPS di SMA Negeri 2 Mukomuko. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 1–9.
- Amseke, F. V. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 65–81.

- Anam, K. (2017). Hubungan Antara Konformitas dan Dukungan Orangtua Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Negeri 2 Samarinda. *Ejournal psikologi*, 5(1), 1–11.
- Bandura, A., Freeman, W. H., & Lightsey, R. (1999). *Self-efficacy: The exercise of control*.
- Basilisa, G., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan Antara Kemandirian Belajar dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Santo Kristoforus 1 Jakarta. *Psiko Edukasi*, 19(2), 140–150.
- Burka, J., & Yuen, J. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*.
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2013). *Teori Kepribadian: Theories of Personality* (Buku 2). Terjemahan Handriatno. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (2013). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. Springer Science & Business Media.
- Krisnadhi, M. A. D., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran konformitas teman sebaya dan dukungan sosial orangtua terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 183–194.
- Kristy, D. Z. (2019). Manajemen waktu, dukungan sosial, dan prokrastinasi akademik siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(1), 49–54.
- Longjohn, I. T. P., & Michael, O. P. (2019). *Academic Procrastination Among Undergraduate Students In Rivers State, Nigeria: Role Of Psychosocial Factors*.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90–98.
- Mukaromah, D., Sugiyo, S., & Mulawarman, M. (2018). Keterlibatan Siswa dalam Pembelajaran ditinjau dari Efikasi Diri dan Self Regulated Learning. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(2), 14–19.
- Nurahmawati, Y. A., Muarifah, A., & Purwadi, P. (2022). Procrastination Seen from Parents' Social Support and Self Efficacy of Students. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(1), 1–12.
- Olivianira, A., & Hikmawati, I. (2021). The Correlation Between Social Support and Self-Regulation toward Academic Procrastination in Students of Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 2, 186–191.
- Permana, B. (2019). Gambaran prokrastinasi akademik siswa SMA darul falah cililin. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 2(3), 87–94.
- Piaget, J. (2002). *Tingkat perkembangan kognitif*. Jakarta: Gramedia.
- Ramadhani, E., Sadiyah, H., Putri, R. D., & Pohan, R. A. (2020). Analisis Prokrastinasi Akademik Siswa di Sekolah. *Consilium: Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*, 7(1), 45–51.
- Santrock, J. W. (2013). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*, terj. Tri Wibowo, Jakarta: Kencana.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, S. Y. (2017). Tinjauan perkembangan psikologi manusia pada usia kanak-kanak dan remaja. *Primary Education Journal (PEJ)*, 1(1), 46–50.
- Setyowani, N., & Sunawan, S. (2018). Minat dan Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Mata Pelajaran Matematika. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(4), 31–38.
- Steel, P. (2010). *The procrastination equation: How to stop putting things off and start getting stuff done*. Random House Canada.
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46.

- Sugiyono, P. (2016). *Metode Penelitian Manajemen (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi (Mixed Methods), Penelitian Tindakan (Action Research, dan Penelitian Evaluasi)*. Bandung: Alfabeta Cv.
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology* (second Canadian edition).
- Triyono, T., & Khairi, A. M. (2018). Prokrastinasi Akademik Siswa (Dampak Psikologis Dan Solusi Pemecahannya Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam). *Jurnal Al-Qalam: Jurnal Kependidikan*, 19(2), 57–74.
- Wang, C.-M., Qu, H.-Y., & Xu, H.-M. (2015). Relationship between social support and self-efficacy in women psychiatrists. *Chinese Nursing Research*, 2(4), 103–106.