

HUBUNGAN ADVERSITY QUOTIENT DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI PTS. UNIVERSITAS POTENSI UTAMA

Zuraida*¹, Zuraidah²

^{1,2}Universitas Potensi Utama, JL. Yos Sudarso Km. 6.5 No. 3 A

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Potensi Utama, Medan

e-mail: programstudipsikologiupu@gmail.com¹

Abstrak

Prokrastinasi terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya adalah bidang akademik. Secara historis penelitian tentang prokrastinasi pada awalnya banyak terjadi di lingkungan akademis yaitu lebih dari 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan adversity quotient dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa yang bekerja di PTS. Universitas Potensi Utama. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan metode skala. Jumlah subjek penelitian 32 mahasiswa. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan total sampling. Analisis regresi ganda digunakan untuk analisis data. Hasil menunjukkan ($F = 6,966$; $p < 0,05$) dengan demikian hasil penelitian ini terdapat hubungan negatif yang signifikan antara adversity quotient dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa kontribusi adversity quotient terhadap prokrastinasi akademik sebesar 18,8% dan kontribusi dukungan sosial keluarga terhadap prokrastinasi akademik sebesar 21,4%. Sementara itu kontribusi bersama-sama adversity quotient dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik sebesar 32,5%.

Kata Kunci : *Adversity Quotient, Dukungan Sosial Keluarga dan Prokrastinasi Akademik*

1. PENDAHULUAN

Pada Masa Ekonomi Asean (MEA) saat ini, peningkatan kualitas pendidikan sangat penting. Sehingga adanya tuntutan dalam masyarakat agar dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi yaitu pada tingkat sarjana. Para pekerja yang berpendidikan SMA rela mengorbankan waktu, tenaga, uang untuk dapat meneruskan pendidikan selain untuk memperoleh gelar sarjana juga untuk meningkatkan status sosial.

Perguruan tinggi saat ini ada menyediakan kelas untuk karyawan dimana jadwal perkuliahannya disesuaikan dengan jam kerjanya yaitu ada pagi, siang dan sore. Di Universitas Potensi Utama, mayoritas mahasiswanya bekerja (karyawan). Hal yang melatarbelakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja selain faktor ekonomi, membantu orangtua juga mencari pengalaman.

Di Perguruan Tinggi mempunyai syarat untuk kelulusan untuk memperoleh gelar sarjana yaitu dengan menulis karya ilmiah atau yang disebut dengan skripsi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada tanggal 16 Mei 2016 masih banyak mahasiswa yang belum bisa lulus tepat waktu, yakni 8 semester. Hal ini disebabkan karena ketidaksiapan mahasiswa yang bekerja dalam melaksanakan tuntutan menyelesaikan kewajiban-kewajiban akademisnya, sehingga mahasiswa membutuhkan waktu melebihi batas normal untuk menyelesaikan studinya. Hal ini mengindikasikan bahwa terjadi prokrastinasi menyelesaikan skripsi pada mahasiswa di Universitas Potensi Utama.

Prokrastinasi sebagai suatu frekuensi penundaan dalam memulai menyelesaikan tugas. Di masa lalu, penundaan dipandang sebagai sebagai manifestasi perilaku dari manajemen waktu yang tidak efisien sedangkan prokrastinasi saat ini lebih terkait dengan faktor emosi, perilaku dan kognitif (Ferrari, dkk dalam Freeman, dkk., 2011). Berdasarkan observasi dan wawancara pada mahasiswa bekerja yang sedang menyusun skripsi terjadinya prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi disebabkan karena adanya hambatan seperti dalam menemukan konsep ide ketika menulis karya ilmiah (skripsi), manajemen waktu yang buruk, selain itu masalah biaya dalam penyelesaian skripsi. Hal ini diperlukan daya juang untuk menyelesaikan kesulitan yang dikenal dengan istilah *adversity quotient*. Teori *adversity quotient* (AQ) yang dipublikasikan oleh Stoltz (2000) merupakan terobosan penting dalam pemahaman manusia tentang apa yang dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan.

Prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi ketika dihadapkan pada situasi yang menimbulkan stres. Prokrastinasi akademik dapat diminimalisir dengan adanya dukungan sosial. Salah satu sumber dukungan sosial adalah keluarga.

Menurut Friedman (1998) dukungan sosial keluarga adalah suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosial. Dukungan sosial keluarga merupakan dukungan dari orangtua dengan memberikan kesempatan kepada individu agar dapat mengembangkan kemampuan yang dimilikinya, belajar mengambil inisiatif, mengambil keputusan mengenai apa yang ingin dilakukan dan belajar mempertanggungjawabkan segala pebuatannya (Santrock, 2003). Dukungan sosial, khususnya dukungan keluarga dibutuhkan untuk membantu mahasiswa bersangkutan terhindar dari prokrastinasi.

Adapun Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut untuk menguji hubungan *adversity quotient* dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa yang bekerja.

2. METODOLOGI PENELITIAN

2.1. Metode Pengumpulan Data

Metode yang akan digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian adalah metode kuantitatif dengan skala psikologis sebagai alat pengumpulan data. Skala psikologis berisi sekumpulan pernyataan atau pertanyaan tertulis untuk dijawab secara tertulis oleh responden penelitian.

2.2. Metode Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data statistik. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda untuk menganalisis Hubungan *Adversity Quotient* dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Prokrastinasi Akademik dalam penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa yang Bekerja di PTS. Universitas Potensi Utama. Keseluruhan proses analisis data penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 19 *for windows*, versi IBM/IN, hak cipta (c) 2011, dilindungi UU

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan sistem *try out* terpakai, artinya data yang sudah diambil dalam uji coba skala, kembali digunakan sebagai data untuk pengujian hipotesis. Hal ini dilakukan sehubungan dengan terbatasnya jumlah subjek penelitian sebagai akibat adanya beberapa kriteria sampel yang harus terpenuhi, yakni mahasiswa yang bekerja. Sistem *try out* terpakai ini memiliki resiko yang cukup besar, yakni apabila data uji coba skala ini tidak memenuhi persyaratan valid dan reliabel, maka penelitian ini tidak dapat dilanjutkan.

Melihat hasil uji coba skala *adversity quotient*, diketahui bahwa dari 28 butir pernyataan terdapat 2 butir yang gugur dan 26 butir yang valid. Kemudian dari variabel dukungan sosial keluarga, diketahui bahwa dari 27 butir pernyataan terdapat 4 butir yang gugur dan 23 butir yang valid. Selanjutnya untuk skala prokrastinasi akademik, diketahui bahwa dari 25 butir pernyataan terdapat 3 butir yang gugur dan 22 butir yang valid. Sejalan dengan sistem yang digunakan dalam penelitian ini, maka data dari butir-butir valid tersebut diambil untuk digunakan sebagai data penelitian.

3.1. Uji Asumsi

3.1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran ini adalah untuk membuktikan bahwa penyebaran data penelitian yang menjadi pusat perhatian, menyebar berdasarkan prinsip kurve normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan rumus *Uji Kolmogorov-Smirnov*. Sebagai kriterianya apabila $p > 0,050$ maka sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya apabila $p < 0,050$ sebarannya dinyatakan tidak normal (Hadi dan Pamardingsih, 2000). Tabel berikut ini merupakan rangkuman hasil perhitungan uji normalitas sebaran.

Tabel 3.1
Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
<i>Adversity quotient</i>	56,156	1,130	14,287	0,155	Normal
Dukungan sosial keluarga	46,187	0,602	9,498	0,861	Normal
Prokrastinasi akademik	74,656	0,917	10,331	0,369	Normal

Keterangan :

RERATA = Nilai rata-rata

K-S = Koefisien normalitas Kolmogorov-Smirnov

SD = Standar Deviasi

Sig = Signifikansi

3.1.2 Uji Linieritas Hubungan

Uji linieritas hubungan dimaksudkan untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Artinya apakah *adversity quotient* dan dukungan sosial keluarga dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Nilai-nilai hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.2 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan

Korelasional	F	Sig	Keterangan
X1 – Y	6,955	0,013	Linier
X2 – Y	8,147	0,008	Linier

Keterangan:

X1 = *Adversity quotient*

X2 = Dukungan sosial keluarga

Y = Prokrastinasi akademik

F = Koefisien linieritas

Sig = Signifikansi

3.2. Hasil Perhitungan Analisis Regresi 2 Prediktor

Berdasarkan hasil analisis yang menggunakan Analisis Regresi 2 Prediktor, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien $F_{reg} = 6,966$ dimana $sig < 0,010$. Ini menandakan bahwa semakin rendah *adversity quotient* dan semakin kecil dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi prokrastinasi

akademik dan sebaliknya. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima. Berikut adalah rangkuman hasil perhitungan Analisis Regresi 2 Prediktor.

Tabel 3.3 Rangkuman Hasil Perhitungan Analisis Regresi

Sumber	JK	db	RK	F	Sig
Regresi	1073,849	2	536,924	6,966	0,003
Residu	2235,370	29	77,082	==	==
TOTAL	3309,219	31	==	==	==

Keterangan:

JK = Jumlah Kuadrat

db = Derajat Kebebasan

RK = Rerata Kuadrat

F = Koefisien hubungan

Sig = Signifikansi

3.3. Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi digunakan untuk menjelaskan proporsi variabel terikat yang mampu dijelaskan oleh variasi variabel bebasnya. Nilai koefisien determinasi adalah $0 < R^2 < 1$. Nilai R^2 yang kecil berarti kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variabel terikat sangat terbatas. Nilai yang mendekati satu berarti variabel bebas memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel terikat (Ghozali, 2005). Hasil perhitungan sumbangan masing-masing variabel X_1 dan X_2 dengan Y adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4 Rangkuman Nilai Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Change Statistics	
				F Change	Sig F Change
1	.434(a)	.188	.161	6.955	.013
2	.462(b)	.214	.187	8.147	.008
3	.570(c)	.325	.278	6.966	.003

a. Predictors: (Constant), *ADVERSITY QUOTIENT*

b. Predictors: (Constant), *DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA*

c. Dependent Variable: *ADVERSITY QUOTIENT* DAN *DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK*

Berdasarkan tabel 3.4 di atas dapat dilihat besarnya nilai korelasi (R) antara *Adversity Quotient* (X1) dengan Prokrastinasi Akademik (Y) pada model 1 yaitu sebesar 0,434 dan dari output diperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,188. Hal ini berarti besarnya kontribusi efektif antara *Adversity Quotient* (X1) dengan Prokrastinasi Akademik (Y) adalah 18.8%. Sedangkan pada model 2 besarnya nilai korelasi (R) antara Dukungan Sosial Keluarga (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y) yaitu sebesar 0,462 dan dari output diperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,214. Hal ini berarti besarnya kontribusi efektif antara dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik adalah sebesar 21.4%. Pada model 3 besarnya nilai korelasi (R) antara *Adversity Quotient* (X1) dan Dukungan Sosial Keluarga (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y) yaitu sebesar 0.570 dan dari output diperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,325. Hal ini berarti besarnya kontribusi efektif antara *adversity quotient* dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik sebesar 32.5%. Berarti masih terdapat 67,5% pengaruh dari variabel lain terhadap prokrastinasi akademik, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah faktor-faktor internal dan eksternal. Selain itu terdapat pula faktor manajemen waktu, penetapan prioritas, karakteristik tugas dan karakter individu.

3.4. Hasil Perhitungan Analisis Korelasi *Product Moment*

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x1y} = -0,434$; $\text{sig} < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan yang negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.

Kemudian untuk variabel dukungan sosial keluarga, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x2y} = -0,462$; $\text{sig} < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.

3.5. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik

a. Mean Hipotetik

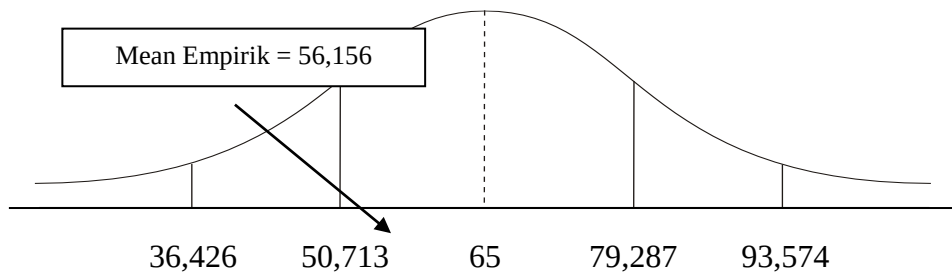
Variabel *adversity quotient* dalam penelitian memiliki jumlah butir sebanyak 26 yang diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(26 \times 1) + (26 \times 4)\} : 2 = 65$. Kemudian variabel dukungan sosial keluarga, memiliki jumlah butir sebanyak 23 butir yang juga diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(23 \times 1) + (23 \times 4)\} : 2 = 57,5$. Selanjutnya variabel prokrastinasi akademik, memiliki jumlah butir sebanyak 22 yang diformat dengan skala Likert dalam 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(22 \times 1) + (22 \times 4)\} : 2 = 55$.

b. Mean Empirik

Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa mean empirik *adversity quotient* adalah 56,156 dengan bilangan SD 14,287, mean empirik dukungan sosial keluarga adalah sebesar 46,187 dengan bilangan SD 9,498 dan mean empirik prokrastinasi akademik adalah sebesar 74,656 dengan bilangan SD 10,331.

c. Kriteria

Dari besarnya bilangan SD tersebut, maka untuk variabel *adversity quotient*, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 14,287, maka dinyatakan bahwa *adversity quotient* tergolong tinggi dan apabila mean/nilai rata-rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 14,287, maka dinyatakan bahwa *adversity quotient* tergolong rendah. Apabila mean/nilai rata-rata empirik < mean hipotetik namun selisihnya tidak melebihi 14,287, maka *adversity quotient* tergolong cenderung rendah. Kemudian apabila mean/nilai rata-rata empirik > mean hipotetik namun selisihnya tidak melebihi 14,287, maka *adversity quotient* tergolong cenderung tinggi. Berikut adalah kurve yang menggambarkan kondisi *adversity quotient* para mahasiswa.

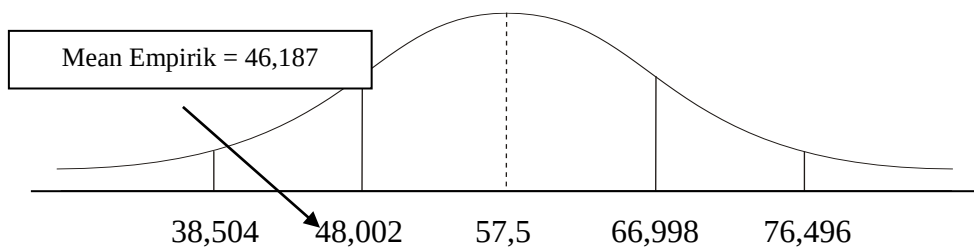


Gambar 3.1 Kurva Adversity Quotient

Keterangan:

- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di bawah 36,426 dinyatakan *adversity quotient* sangat rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 36,426 sampai 50,713 dinyatakan *adversity quotient* rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 50,713 sampai 65 dinyatakan *adversity quotient* cenderung rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 65 sampai 79,287 dinyatakan *adversity quotient* cenderung tinggi.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 79,287 sampai 93,574 dinyatakan *adversity quotient* tinggi.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada atas 93,574 *adversity quotient* sangat tinggi.

Selanjutnya untuk variabel dukungan sosial keluarga, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik < mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 9,498, maka dinyatakan bahwa dukungan sosial keluarga tergolong besar dan apabila mean/nilai rata-rata hipotetik > mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 9,498 maka dinyatakan bahwa dukungan sosial keluarga tergolong kecil. Apabila mean/nilai rata-rata empirik < mean hipotetik namun selisihnya tidak melebihi 9,498, maka dukungan sosial keluarga tergolong cenderung kecil. Kemudian apabila mean/nilai rata-rata empirik > mean hipotetik namun selisihnya tidak melebihi 9,498, maka dukungan sosial keluarga tergolong cenderung besar. Berikut adalah kurve yang menggambarkan kondisi dukungan sosial keluarga



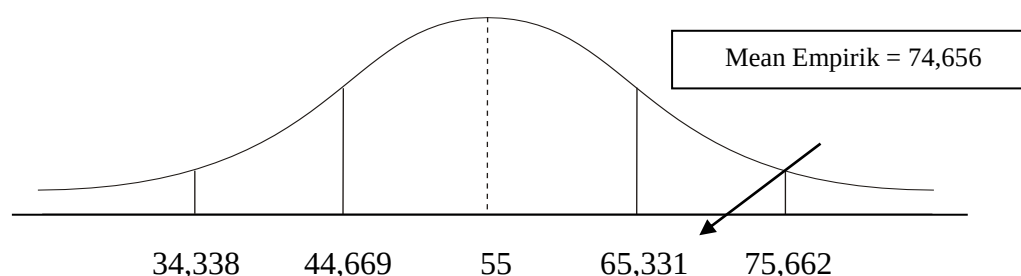
Gambar 3.2 Dukungan Sosial Keluarga

Keterangan:

- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di bawah 38,504 dinyatakan dukungan sosial keluarga sangat kecil.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 38,504 sampai 48,002 dinyatakan dukungan sosial keluarga kecil.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 48,002 sampai 57,5 dinyatakan dukungan sosial keluarga cenderung rendah.

- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 57,5 sampai 66,998 dinyatakan dukungan sosial keluarga cenderung besar.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 66,998 sampai 76,496 dinyatakan dukungan sosial keluarga besar.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di atas 76,496 dukungan sosial keluarga sangat besar.

Kemudian untuk variabel prokrastinasi akademik, apabila mean/nilai rata-rata hipotetik $<$ mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 10,331, maka dinyatakan bahwa prokrastinasi akademik tergolong tinggi dan apabila mean/nilai rata-rata hipotetik $>$ mean/nilai rata-rata empirik, dimana selisihnya melebihi 10,331, maka dinyatakan bahwa prokrastinasi akademik tergolong rendah. Apabila mean/nilai rata-rata empirik $<$ mean hipotetik namun selisihnya tidak melebihi 10,331, maka prokrastinasi akademik tergolong cenderung rendah. Kemudian apabila mean/nilai rata-rata empirik $>$ mean hipotetik namun selisihnya tidak melebihi 10,331, maka prokrastinasi akademik tergolong cenderung tinggi. Berikut adalah kurve yang menggambarkan kondisi prokrastinasi akademik.



Gambar 3.3 Prokrastinasi Akademik

Keterangan:

- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di bawah 34,338 dinyatakan kecemasan prokrastinasi akademik sangat rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 34,338 sampai 44,669 dinyatakan prokrastinasi akademik rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 44,669 sampai 55 dinyatakan prokrastinasi akademik cenderung rendah.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 55 sampai 65,331 dinyatakan prokrastinasi akademik cenderung tinggi.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada diantara 65,331 sampai 75,662 dinyatakan prokrastinasi akademik tinggi.
- Jika nilai rata-rata atau mean empirik berada di atas 75,662 dinyatakan prokrastinasi akademik sangat tinggi.

Tabel 3.5 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-Rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
<i>Adversity quotient</i>	14,287	65	56,156	<i>Adversity quotient</i> cenderung rendah
Dukungan sosial keluarga	9,498	57,5	46,187	Dukungan sosial keluarga rendah
Prokrastinasi akademik	10,331	55	74,656	Prokrastinasi akademik tinggi

Berdasarkan perbandingan kedua nilai rata-rata di atas (mean hipotetik dan mean empirik), maka dapat dinyatakan bahwa *adversity quotient* para mahasiswa tergolong cenderung rendah, kemudian dukungan sosial keluarga tergolong rendah, dan prokrastinasi akademik para mahasiswa tergolong tinggi.

Dari hasil penelitian didapat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien $F_{reg} = 6,966$ dimana $sig < 0,010$. Ini menandakan bahwa semakin rendah *adversity quotient* dan semakin kecil dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Prokrastinasi akademik merupakan suatu keadaan yang banyak ditemui dikalangan mahasiswa, terlebih-lebih mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Hal ini disebabkan salah satunya adalah manajemen waktu yang buruk. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan daya juang untuk menyelesaikan kesulitan yang dikenal dengan istilah *adversity quotient*.

Menurut Stoltz (2005) mengatakan bahwa *adversity quotient* merupakan kecerdasan seseorang dalam menghadapi rintangan atau kesulitan secara teratur, membantu individu memperkuat kemampuan dan ketekunan dalam menghadapi tantangan hidup

sehari-hari tetap berpegang teguh pada prinsip dan impian tanpa memperdulikan apa yang sedang terjadi.

Prokrastinasi akademik sering dilakukan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi ketika dihadapkan pada situasi yang menimbulkan stres. Prokrastinasi akademik dapat diminimalisir dengan adanya dukungan sosial. Salah satu sumber dukungan sosial adalah keluarga (Goldberger dan Bernits, dalam Setyowati, 1999). Menurut Friedman (1998) dukungan sosial keluarga adalah suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosial.

Secara rinci, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x1y} = -0,434$; sig < 0,010. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan yang negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.

Kemudian untuk variabel dukungan sosial keluarga, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x2y} = -0,462$; sig < 0,010. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Goldberger dan Bernits (Setyowati, 1999) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang ingin menyelesaikan tugasnya selain harus mempunyai motivasi yang tinggi juga membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya. Dukungan sosial tersebut dapat berupa semangat, kepercayaan, keyakinan, kesempatan untuk bercerita, meminta pertimbangan, bantuan maupun nasehat guna mengatasi permasalahan yang dihadapi. Salah satu sumber dukungan sosial yaitu dukungan sosial keluarga.

Dari penelitian ini diketahui bahwa bobot sumbangan dari variabel *adversity quotient* terhadap variabel prokrastinasi akademik adalah sebesar 18,8%. Kemudian variabel dukungan sosial keluarga memberikan pengaruh sebesar 21,4%. Berdasarkan hasil ini, diketahui bahwa total sumbangan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 32,5%. Berarti masih terdapat 67,5% pengaruh dari variabel lain terhadap prokrastinasi akademik, dimana faktor-faktor lain tersebut dalam penelitian ini tidak dilihat, diantaranya adalah faktor internal dan eksternal. Selain itu terdapat pula faktor manajemen waktu, penetapan prioritas, karakteristik tugas dan karakter individu. Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini, diketahui bahwa *adversity quotient* para mahasiswa tergolong cenderung rendah, kemudian dukungan sosial keluarga tergolong rendah, dan prokrastinasi akademik para mahasiswa tergolong tinggi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dan dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini ditunjukkan dengan koefisien $F_{reg} = 6,966$ dimana $sig < 0,010$. Ini menandakan bahwa semakin rendah *adversity quotient* dan semakin kecil dukungan sosial keluarga, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
2. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x1y} = -0,434$; $sig < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.
3. Kemudian untuk variabel dukungan sosial keluarga, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan dengan prokrastinasi akademik. Hasil ini dilihat dari koefisien korelasi $r_{x2y} = -0,462$; $sig < 0,010$. Berdasarkan hasil penelitian ini,

maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan prokrastinasi akademik dinyatakan diterima.

4. Diketahui bahwa bobot sumbangan dari variabel *adversity quotient* terhadap variabel prokrastinasi akademik adalah sebesar 18,8%. Kemudian variabel dukungan sosial keluarga memberikan pengaruh sebesar 21,4%. Berdasarkan hasil ini, diketahui bahwa total sumbangan kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 32,5%. Berarti masih terdapat 67,5% pengaruh dari variabel lain terhadap prokrastinasi akademik.

5. SARAN

1. Saran Kepada Pihak PTS

Melihat hasil penelitian yang menggambarkan bahwa prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi tergolong tinggi, maka disarankan kepada pihak PTS, khususnya para dosen pembimbing untuk terus melakukan pendekatan kepada mahasiswa untuk membantu mahasiswa agar terus semangat untuk menyelesaikan skripsi.

2. Saran Kepada Segenap Orangtua

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa dukungan sosial keluarga kecil terhadap para mahasiswa. Sejalan dengan hal tersebut, maka disarankan kepada para orangtua untuk terus memberikan dukungan kepada para mahasiswa agar dapat menyelesaikan skripsinya.

3. Saran Kepada Para Mahasiswa

Disarankan untuk dapat mampu menurunkan prokrastinasi akademik, jangan membuang waktu percuma, berusaha bangkit untuk segera menyelesaikan skripsi. Selain itu juga disarankan kepada para mahasiswa untuk terus meningkatkan *adversity quotient*, misalnya dengan menganggap bahwa rekan mahasiswa yang lain adalah saingan dan menjadikan penyusunan skripsi sebagai sebuah kompetisi untuk memperoleh nilai terbaik.

4. Saran Kepada Peneliti Berikutnya

Disarankan kepada peneliti berikutnya untuk mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, diantaranya faktor internal dan eksternal. Selain itu terdapat pula faktor manajemen waktu, penetapan prioritas, karakteristik tugas dan karakter individu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam proses penelitian ini, penulis telah banyak mendapat sumbangan pemikiran dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada :

1. Kementerian riset, teknologi, dan pendidikan tinggi (RISTEKDIKTI) yang telah mendanai penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
2. Yayasan Universitas Potensi Utama yang telah mendukung penulis baik dari sarana maupun prasarana selama proses penelitian ini.
3. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Potensi Utama yang telah membimbing dan memberikan banyak arahan dalam penelitian ini.
4. Ibunda tercinta Izhari Nasution yang selalu memberi doa dan restu untuk anak-anaknya agar senantiasa sukses dalam segala pekerjaan, pendidikan, dan segala hal positif. Untuk kak Ainul Mardiah, bang Fadli, dan Adik Muhammad Asy'Ari yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam hal apapun.
5. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis sehingga penelitian ini dapat diselesaikan.

Akhirnya penulis hanya dapat memanjatkan doa, semoga Allah SWT berkenan melimpahkan rahmat dan karunia-Nya agar penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Chaplin, J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Ferrari, J.R., Johnson, J.I., McCown, W. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press
- Hadi, Sutrisno, 2006, *Analisis Regresi*, Yogyakarta: Andi Offset
- Kuntjoro.2002. Dukungan Sosial. <http://www.e-psikologi.com>.diakses tanggal 28 Oktober 2008
- Santrock.J.W. (2002). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup* (edisi 5. Jilid II) Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E.P. (1994). *Psychology Health: Biopsychosocial Interactions*. New York: John Wiley & Sons inc.
- Setyowati, D.R. 1999. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Sempitnya Lapangan Pekerjaan. *Skripsi*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Smeet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo
- Sugiyono, 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV. Alfa Beta
- Stoltz, P. G. (2007). *Adversity Quotient @Work* (Alih Bahasa Drs. Alexander Sindoto) Batam: Interaksara (2014)

Syahid, N. Hubungan antara *Adversity Quotient* dan Motivasi Beprestasi Siswa Kelas XI MA Ali Maksum Krapyak Yogyakarta. *Skripsi*: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.