

PENGARUH GRIT DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA AKHIR

SKRIPSI

Diajukan Untuk Menyusun

Proposal Program Studi Psikologi



Oleh :

Windi Sari Eka Putri S Maya

147320122009

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI BISNIS & HUMANIORA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MUHAMMADIYAH
SORONG
2026**

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	1
PENDAHULUAN	2
Latar belakang	2
Tinjauan Pustaka	9
Kerangka berpikir	15
Hipotesis	15
METODE PENELITIAN	16
Pendekatan Penelitian	16
Subjek penelitian	16
Etika penelitian	17
Metode pengumpulan data	18
Tabel 1. <i>blueprint prokrastinasi akademik sebelum dimodifikasi</i>	20
Tabel 2. <i>blueprint prokrastinasi akademik setelah dimodifikasi</i>	21
Tabel 3. <i>Blueprint skala grit sebelum dimodifikasi</i>	21
Tabel 4. <i>blueprint skala grit setelah dimodifikasi</i>	22
Tabel 5. <i>blueprint skala dukungan sosial sebelum dimodifikasi</i>	23
Tabel 6. <i>blueprint skala dukungan sosial setelah dimodifikasi</i>	24
Analisis data	24
HASIL	25

Tabel 7. Deskripsi data Demografis Responden	25
Tabel 8. Hasil Uji Deskriptif Statistik	27
Uji Asumsi Klasik	27
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	27
Tabel 10. Hasil Uji Linear.....	28
Tabel 11. Hasil Uji Multikolinieritas.....	29
Tabel 12. Hasil Uji Glejser Heteroskedastisitas	29
Uji Hipotesis	31
Tabel 13. Hasil Uji F	31
Tabel 14. Hasil Uji T	32
Tabel 15. Sumbangan Efektif Antar Variabel.....	33
Kategorisasi	33
Tabel 16. Skor Empirik dan Hipotetik	34
Tabel 17. Norma Kategorisasi Hipotetik	34
Tabel 18. Kategorisasi Grit	35
Tabel 19. Kategorisasi Dukungan Sosial.....	35
Tabel 20. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik	35
Uji Tambahan	36
Tabel 21. Analisis Varians Data Demografi	36
DISKUSI.....	37
KESIMPULAN	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN	52
Lampiran 1. Informed Consent.....	52
Lampiran 2. Skala Prokrastinasi Akademik	53
Lampiran 3. Skala Grit.....	55
Lampiran 4. Skala Dukungan Sosial	56
Lampiran 5. Hasil Analisis.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>blueprint prokrastinasi akademik sebelum dimodifikasi</i>	20
Tabel 2. <i>blueprint prokrastinasi akademik setelah dimodifikasi</i>	21
Tabel 3. <i>Blueprint skala grit sebelum dimodifikasi</i>	21
Tabel 4. <i>blueprint skala grit setelah dimodifikasi</i>	22
Tabel 5. <i>blueprint skala dukungan sosial sebelum dimodifikasi</i>	23
Tabel 6. <i>blueprint skala dukungan sosial setelah dimodifikasi</i>	24
Tabel 7. <i>Deskripsi data Demografis Responden</i>	25
Tabel 8. <i>Hasil Uji Deskriptif Statistik</i>	27
Tabel 9. <i>Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov</i>	27
Tabel 10. <i>Hasil Uji Linear</i>	28
Tabel 11. <i>Hasil Uji Multikolinieritas</i>	29
Tabel 12. <i>Hasil Uji Glejser Heteroskedastisitas</i>	29
Tabel 13. <i>Hasil Uji F</i>	31
Tabel 14. <i>Hasil Uji T</i>	32
Tabel 15. <i>Sumbangan Efektif Antar Variabel</i>	33
Tabel 16. <i>Skor Empirik dan Hipotetik</i>	34
Tabel 17. <i>Norma Kategorisasi Hipotetik</i>	34
Tabel 18. <i>Kategorisasi Grit</i>	35
Tabel 19. <i>Kategorisasi Dukungan Sosial</i>	35
Tabel 20. <i>Kategorisasi Prokrastinasi Akademik</i>	35
Tabel 21. <i>Analisis Varians Data Demografi</i>	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Kerangka Berpikir</i>	15
Gambar 2. <i>Scatterplot</i>	30

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrohmaanirrohiim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Windi Sari Eka Putri S Maya

NIM : 147320122009

Prodi : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul "Pengaruh Grit dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir" ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya dan tidak terdapat tulisan yang merupakan hasil plagiasi dari tulisan orang lain kecuali bagian kutipan yang telah disebutkan sumbernya dalam naskah.

Jika dikemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar. Maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Sorong, 4 Juni 2026

Yang menyatakan,



Windi Sari Eka Putri S Maya
NIM 147320122009

HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI

PENGARUH GRIT DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Dipersiapkan dan Disusun Oleh:

Windi Sari Eka Putri S Maya

147320122009

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada Tanggal 11 Juni 2026

Susunan Dewan Penguji

Ketua



Fuad Ardiansyah, M.Si.
NUPTK. 5251772673130293

Penguji I



Adinda Shofia, S.Psi., M.A.
NUPTK. 1334771672230273

Penguji II



Putrawansyah, M.Psi.
NUPTK. 1235770671130303

Skripsi ini telah Diterima dan Disahkan sebagai salah satu
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Tanggal 11 Juni 2026

DEKAN



Fuad Ardiansyah, M.Si.
NUPTK. 5251772673130293

MOTTO

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai kemampuannya."

(QS. Al-Baqarah: 286)

"Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar"

(QS. Ar-Rum: 60)

"Jangan pernah merasa tertinggal setiap orang punya proses dan rezekinya masing-masing"

(QS. Maryam: 4)

"Apapun yang sudah terjadi dalam hidupmu, jangan katakan "seandainya", tapi katakan "Qadarullah" karena semua yang terjadi adalah takdir dan takdir Allah itu selalu baik, karna Allah itu maha baik"

(Ustadz Hanan Attaki)

KATA PERSEMBAHAN

Alhamdulillahillāhi Rabbil ‘Ālamīn,

Dengan penuh rasa syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, pertolongan, dan kemudahan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sungguh, tanpa ridho, petunjuk, dan pertolongan-Nya, perjalanan panjang ini tidak akan mampu penulis lalui. Setiap proses, tantangan, kebingungan, hingga titik lelah yang hampir membuat menyerah, semuanya terjadi atas izin-Nya dan selalu diiringi dengan jalan keluar terbaik dari-Nya.

Skripsi ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua tercinta, mama dan papa, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan, serta pengorbanan tanpa batas. Terima kasih atas setiap usaha, nasihat, dan kepercayaan yang diberikan kepada penulis dalam menempuh pendidikan hingga tahap ini. Tidak ada kata yang mampu menggambarkan besarnya jasa dan cinta yang telah diberikan selama ini.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan kepada mama dan papa, serta membalas setiap kebaikan yang telah diberikan dengan balasan yang terbaik. Persembahan ini juga penulis tujukan kepada diri sendiri yang telah berusaha bertahan, bangkit dari berbagai kesulitan, dan terus melangkah hingga mampu menyelesaikan proses panjang ini. Semoga setiap perjuangan yang telah dilalui menjadi bekal untuk menghadapi langkah-langkah berikutnya. Akhirnya, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi bagian dari perjalanan penulis dalam mengembangkan ilmu pengetahuan.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahillāhi Rabbil ‘Ālamīn

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya yang senantiasa istiqamah di jalan-Nya.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi, Bisnis dan Humaniora Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak tantangan, hambatan, dan keterbatasan yang dihadapi. Namun, berkat doa, dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini akhirnya dapat terselesaikan.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Gamaria Majid dan Sunardi J Maya yang menjadi alasan terbesar penulis untuk terus berjuang dan menyelesaikan pendidikan ini. Terima kasih atas setiap doa yang tidak pernah terputus, kasih sayang yang tidak pernah berkurang, serta segala pengorbanan yang diberikan dengan penuh keikhlasan. Di balik setiap proses yang berat, setiap kegagalan, keraguan, dan kelelahan yang penulis rasakan, selalu ada doa dan harapan mama dan papa yang menguatkan penulis untuk bangkit dan melanjutkan perjuangan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, serta umur yang panjang kepada mama dan papa.
2. Bapak Fuad Ardiansyah, S.Psi., Msi, selaku Dekan Fakultas Ekonomi, Bisnis dan Humaniora Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong.
3. Bapak Putrawansyah, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi sekaligus dosen pembimbing 1 skripsi yang selalu membimbing, mengarahkan dan memberikan saran dan masukan membangun untuk penulis dalam menyelesaikan tugas akhir.
4. Ibu Syafira Putri Ekayani, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berarti

selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas dukungan yang diberikan kepada penulis.

5. Seluruh dosen di lingkup program studi psikologi yang selalu memberikan ilmu bermanfaat bagi penulis.
6. Galang A.P. S Maya, Rehan Anggara Putra S Maya, dan Aufar Rizal Rais S Maya, adik-adik tercinta yang menjadi salah satu alasan penulis untuk terus bertahan dan menyelesaikan perjalanan ini. Terima kasih atas doa, perhatian, dan dukungan yang diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Kehadiran kalian menjadi sumber semangat bagi penulis untuk terus berjuang, belajar, dan berusaha menjadi kakak yang dapat dibanggakan serta menjadi teladan yang baik di masa depan.
7. Sabilla Nur Aisyah Ramadhani, sebagai kakak dan sahabat penulis yang senantiasa mendoakan, mendukung dan menemani penulis selama ini. Sebagai sosok yang menginspirasi penulis hingga belajar lebih baik setiap harinya. Semoga bahagia selalu menyertai hidupnya.
8. Rahma Nur Hajija yang telah penulis anggap sebagai kakak sendiri. Terima kasih karena telah hadir menjadi salah satu orang yang selalu memberikan dukungan, perhatian, dan kekuatan bagi penulis selama menempuh perjalanan pendidikan ini. Di saat penulis merasa lelah, ragu, dan hampir menyerah, k'rara selalu hadir dengan nasihat, semangat, dan keyakinan bahwa setiap proses akan menemukan akhirnya. Kebaikan dan ketulusan yang diberikan tidak akan pernah penulis lupakan.
9. Dirna Viana, Dhini Shafitri, Nindi Meilani, Lorena Tiku Salu, dan Evlyn Atihuta, sahabat-sahabat yang telah menjadi keluarga bagi penulis. Terima kasih karena selalu ada dalam setiap proses, baik pada saat penulis merasa bahagia maupun ketika berada di titik lelah dan penuh tekanan. Terima kasih telah menjadi tempat bagi penulis untuk berbagi cerita, mencurahkan keluh kesah, dan menemukan kembali semangat ketika keadaan terasa berat. Dukungan, perhatian, serta kesediaan kalian untuk mendengarkan merupakan hal yang sangat berarti bagi penulis dan menjadi salah satu alasan mengapa penulis mampu bertahan hingga menyelesaikan perjalanan ini.

10. rekan-rekan psikologi angkatan 2022 yang selalu mendukung penulis selama berkuliah. Semoga Allah SWT selalu mudahkan untuk menuju impian teman-teman.
11. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam menyelesaikan skripsi. Semoga setiap usaha dan perjuangan yang telah dilakukan menjadi langkah menuju masa depan yang lebih baik.

Sorong, 4 Juni 2026

Penulis

Windi Sari Eka Putri S Maya

ABSTRAK
PENGARUH GRIT DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP PROKRASTINASI
AKADEMIK MAHASISWA AKHIR

Windi Sari Eka Putri S Maya

Program Studi Psikologi Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong

windisarieka@gmail.com

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *grit* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 253 partisipan yang dipilih melalui teknik *simple random sampling* dari populasi mahasiswa tingkat akhir. Data dikumpulkan secara online dan luring menggunakan tiga instrumen, yaitu skala Prokrastinasi Akademik untuk mengukur perilaku penundaan, skala *Grit* untuk mengukur ketekunan dan konsistensi minat, serta skala Dukungan Sosial untuk mengukur dukungan yang diterima dari lingkungan. Data dianalisis menggunakan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *grit* dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Selain itu, *grit* dan dukungan sosial secara parsial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Temuan ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *grit* dan dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik. Variabel *grit* dan dukungan sosial secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 44.8% terhadap prokrastinasi akademik

Kata kunci: Dukungan Sosial, *Grit*, Mahasiswa tingkat akhir, Prokrastinasi akademik

PENDAHULUAN

Latar belakang

Mahasiswa tingkat akhir menempati tahap penting dalam perjalanan pendidikan tinggi, karena periode ini menandai transisi menuju penyelesaian akademik melalui kewajiban menghasilkan tugas akhir atau tesis sarjana, yang berfungsi sebagai prasyarat utama untuk kelulusan. Pada prinsipnya, program sarjana disusun dengan durasi yang diharapkan sekitar empat tahun untuk memastikan kemajuan dan penyelesaian akademik tepat waktu Muhammad Syukur *et al.*, (2020). Namun, ketika mahasiswa melampaui jangka waktu yang direncanakan ini, yang mengakibatkan keterlambatan dalam menyelesaikan studi mereka, kejadian tersebut menjadi perhatian signifikan yang memerlukan perhatian dan evaluasi yang cermat dalam konteks yang lebih luas dari manajemen pendidikan tinggi dan hasil kinerja akademik.

Namun, kondisi empiris menunjukkan bahwa penyelesaian studi dalam durasi yang diharapkan atau ditentukan tidak tercapai secara seragam di seluruh populasi mahasiswa. Statistik nasional yang tersedia mengungkapkan bahwa dari total 8.483.213 mahasiswa yang terdaftar di Indonesia, sejumlah besar—yaitu 602.208 individu—telah menghentikan pendidikan mereka sebelum selesai. Pola putus sekolah ini terkonsentrasi secara tidak proporsional di lembaga pendidikan tinggi swasta, yang mencakup 478.826 kasus, mewakili sekitar 79,5 persen dari angka putus sekolah secara keseluruhan. Sebaliknya, kasus yang tersisa tersebar di berbagai jenis lembaga lain, termasuk 101.758 mahasiswa dari universitas negeri, 18.284 dari lembaga pendidikan tinggi berbasis agama, dan sebagian kecil yaitu 3.395 mahasiswa yang berasal dari universitas yang berafiliasi dengan layanan sipil. Secara keseluruhan, angka-angka ini menunjukkan perbedaan yang mencolok dalam hasil retensi di berbagai kategori penyedia pendidikan tinggi, dengan lembaga swasta menanggung bagian terbesar dari penghentian studi mahasiswa (Jabar, 2023).

Data tersebut mengindikasikan bahwa permasalahan ketidaksinambungan studi dan kegagalan menyelesaikan pendidikan tinggi masih menjadi isu yang cukup serius, khususnya di lingkungan perguruan tinggi swasta. Berdasarkan data sekunder yang diperoleh dari Lembaga Pengembangan Pendidikan, Pembelajaran dan Akademik LP3A (2026), persentase status akademik

mahasiswa menunjukkan variasi yang cukup signifikan pada periode 2019–2022. Pada tahun 2019 persentase mahasiswa berstatus drop out (DO) relatif rendah, yaitu sebesar 0.9%, kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2020 menjadi 4.6% dan cenderung stabil pada tahun 2021 sebesar 4.4%. Namun, pada tahun 2022 terjadi peningkatan yang sangat tajam, dengan persentase mahasiswa DO mencapai 19.5%, disertai dengan penurunan persentase mahasiswa lulus menjadi 5.1%, meskipun proporsi mahasiswa aktif meningkat hingga 75.4%.

Temuan awal melalui wawancara semiterstruktur terhadap lima mahasiswa tingkat akhir mengonfirmasi adanya fenomena prokrastinasi akademik yang signifikan dalam pengerjaan skripsi. Data menunjukkan bahwa penundaan tugas bukan sekadar persoalan manajemen waktu, melainkan bentuk mekanisme penghindaran terhadap beban emosional seperti rasa malas, kecemasan akan kegagalan, dan ketidaksiapan mental. Terdapat ketidaksesuaian antara perencanaan kognitif dan realisasi tindakan, dimana partisipan cenderung mengalihkan tanggung jawab akademik ke aktivitas hiburan non-relevan sebagai pelarian sementara. Pola ini secara konsisten menghasilkan respons emosional negatif berupa kegelisahan, penyesalan, hingga kepanikan saat mendekati batas waktu (*deadlining*), yang menegaskan perlunya kajian lebih mendalam mengenai regulasi diri pada mahasiswa di tahap akhir studi.

Selain fenomena drop out, keterlambatan masa studi juga banyak ditemukan pada mahasiswa yang tetap melanjutkan perkuliahan hingga tahap akhir. Dalam konteks pendidikan tinggi Baulke *et al.*, (2018) juga mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik berhubungan positif dengan intensi mahasiswa untuk keluar dari perkuliahan, sehingga perilaku ini berpotensi menjadi faktor risiko keterlambatan penyelesaian studi hingga drop out. Temuan serupa yang dilakukan oleh Etika dan Hasibuan (2016) mahasiswa akhir mengalami kesulitan mulai dari penentuan judul skripsi, kurangnya referensi ilmiah yang memadai, hingga sulitnya mengatur waktu antara kuliah dan penyelesaian tugas akhir yang pada akhirnya dapat memperlambat proses akademik mereka dan berbagai hambatan seperti rasa malas mengerjakan skripsi, kurangnya motivasi, keterbatasan waktu, dan kesulitan dalam konsultasi dengan dosen pembimbing juga sering dijumpai dalam proses penyusunan skripsi, sehingga menimbulkan beban psikologis dan menghambat penyelesaian studi tepat waktu.. Berdasarkan penelitian Suryani dan Harumi (2024), permasalahan lain yang dialami mahasiswa tingkat akhir adalah

reaksi stres akademik yang meningkat akibat tuntutan penyelesaian tugas akhir, tuntutan nilai, dan tekanan untuk menyelesaikan studi sebelum masa kuliah berakhir, yang dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal yaitu, ketangguhan dan keyakinan diri dan faktor eksternal yaitu, tekanan lingkungan akademik. Peneliti dalam riset kali ini akan membahas tentang prokrastinasi. Pola tersebut menunjukkan adanya masalah dalam pengelolaan diri dan tuntutan akademik yang dalam kajian psikologi dikenal sebagai prokrastinasi akademik.

Dalam lingkungan akademis, kecenderungan untuk menunda atau menangguhkan tugas yang dibutuhkan umumnya disebut sebagai prokrastinasi akademis. Ferrari *et al.*, (1995) mengkonseptualisasikan perilaku ini sebagai kecenderungan yang disengaja untuk menunda aktivitas, suatu pola yang dapat menghasilkan konsekuensi yang merugikan bagi mahasiswa, khususnya mereka yang berada di tahap akhir studi dan sedang menyelesaikan tesis mereka. Di kalangan mahasiswa tahun terakhir, bentuk prokrastinasi ini bukan sekadar kebiasaan belajar kecil, melainkan masalah perilaku yang dapat secara signifikan mengganggu kemajuan akademis dan stabilitas psikologis. Temuan empiris di berbagai penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademis yang tinggi dikaitkan dengan berbagai hasil negatif, termasuk kinerja akademis yang lebih buruk serta peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan kelelahan emosional. Mendukung hal ini Surawat *et al.*, (2025) yang signifikan antara perilaku menunda-nunda dan kesehatan mental mahasiswa, yang mencakup gangguan dalam kesejahteraan psikologis, emosional, dan sosial. Senada dengan hal itu, Kufiyak (2022) melaporkan bahwa siswa yang sering melakukan penundaan cenderung mengalami peningkatan stres terkait akademik dan kecemasan sosial, serta penurunan prestasi akademik yang nyata.

Prokrastinasi akademik memang terjadi dan berdampak pada mahasiswa serta institusi (Rengganis, 2017). Kebiasaan menunda-nunda pekerjaan akademik yang berkelanjutan di kalangan mahasiswa cenderung menghasilkan berbagai konsekuensi buruk, terutama berkaitan dengan prestasi akademik. Salah satu dampak yang paling jelas adalah penurunan indeks prestasi akademik (IPK), khususnya di antara individu yang sering menunda tanggung jawab akademiknya. Seiring meningkatnya tingkat penundaan, mahasiswa umumnya membutuhkan lebih banyak waktu untuk menyelesaikan studi mereka, yang menunjukkan hubungan yang jelas antara perilaku penundaan dan durasi akademik yang lebih

panjang (Cahyono, 2020). Temuan empiris lebih lanjut menunjukkan bahwa efek penundaan akademik meluas melampaui metrik akademik, karena juga terkait dengan peningkatan tingkat stres dan kecemasan, serta penurunan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Ketika penundaan menjadi kebiasaan, hal itu dapat mengganggu proses pembelajaran dan secara signifikan merusak prestasi pendidikan (Akpur, 2020). Mengingat implikasi yang beragam ini, penundaan akademik tetap menjadi konstruk penting untuk diselidiki, terutama di kalangan mahasiswa tahun terakhir yang sedang menjalani fase menuntut dalam menyelesaikan persyaratan penyelesaian skripsi mereka.

Secara teoritis, penundaan akademik dipahami sebagai perilaku yang dibentuk oleh kombinasi faktor penentu yang berasal dari individu dan konteks sekitarnya. Burka dan Yuen (2008) menekankan bahwa kecenderungan ini tidak muncul dari satu penyebab tunggal, melainkan dari interaksi berbagai kondisi yang berkontribusi. Di satu sisi, pengaruh internal dianggap signifikan, meliputi keadaan psikologis dan fisiologis seperti kecemasan, stres, takut gagal, dan bahkan kelelahan fisik, yang semuanya dapat mengurangi kemampuan individu untuk memulai atau mempertahankan tugas akademik. Di sisi lain, pengaruh eksternal juga memainkan peran penting, terutama yang berkaitan dengan keadaan lingkungan, termasuk kualitas interaksi sosial, tingkat dukungan, atau tekanan yang muncul dari hubungan dengan orang lain serta lingkungan hidup yang lebih luas (Pradinata, 2016). Berdasarkan kerangka konseptual ini, para peneliti dalam penelitian ini secara khusus berfokus pada dua faktor penentu utama: faktor internal yang diwakili oleh ketekunan, dan faktor eksternal yang diwakili oleh dukungan sosial, sebagai variabel sentral untuk meneliti perilaku penundaan akademik.

Faktor pertama yang dibahas peneliti adalah, faktor internal dalam hal ini diwakili variabel *Grit*. Temuan empiris yang dilaporkan oleh (Harun, 2021) menunjukkan bahwa di antara mahasiswa yang mengerjakan tesis mereka, *Grit* berbanding terbalik dengan penundaan akademik, menunjukkan bahwa ketekunan yang lebih kuat berhubungan dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda tugas akademik, sedangkan ketekunan yang lebih lemah dikaitkan dengan tingkat perilaku penundaan yang lebih tinggi. Sejalan dengan ini, Wolters dan Hussain (2015) juga menunjukkan bahwa individu yang dicirikan oleh skor *grit* yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat penundaan yang lebih

rendah. Secara kolektif, hasil ini menyiratkan bahwa grit yang tidak memadai dapat mengganggu kapasitas individu untuk mempertahankan upaya ketika dihadapkan dengan tantangan, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap kinerja akademik yang buruk dan tekanan psikologis terkait (Calo *et al.*, 2022). Dalam konteks khusus mahasiswa tingkat akhir, penyelesaian tesis merupakan persyaratan akademik yang menuntut dan membutuhkan upaya berkelanjutan, konsistensi, dan pengendalian diri yang efektif, yang menempatkan ketekunan sebagai sifat psikologis penting dalam menjelaskan variasi kemampuan mahasiswa untuk mempertahankan kemajuan atau menunda penyelesaian tanggung jawab akademiknya.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa, khususnya dalam penyelesaian skripsi, banyak dipengaruhi oleh faktor internal psikologis. Penelitian Yusra dan Sultastri (2023) menemukan bahwa academic hardiness dan grit berkontribusi secara negatif terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa skripsi. Temuan serupa diperkuat oleh penelitian di Universitas Muhammadiyah Gresik yang menunjukkan bahwa self-efficacy dan grit secara simultan berpengaruh signifikan dalam menurunkan prokrastinasi akademik, dengan self-efficacy sebagai prediktor yang lebih dominan (Mustika & Laily, 2025). Penelitian Anggerahma dan Suryadi (2025) menunjukkan bahwa Hubungan terbalik yang diamati antara ketekunan dan penundaan di kalangan mahasiswa di universitas swasta di Jakarta memberikan dasar untuk jalur penelitian baru, khususnya yang akan berfokus pada mahasiswa tingkat akhir sebagai populasi sasaran. Dalam konteks ini, tingkat ketekunan yang lebih tinggi diharapkan terkait dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda tugas akademik, terutama yang berkaitan dengan penyelesaian proyek akhir atau tesis. Namun demikian, studi yang ada di bidang ini sebagian besar terkonsentrasi pada penentu psikologis individu atau internal dari penundaan, seperti motivasi, pengaturan diri, atau sifat kepribadian, tanpa cukup mempertimbangkan pengaruh kontekstual yang lebih luas. Secara khusus, masih terdapat kekurangan penelitian komprehensif yang mengintegrasikan lingkungan sosial mahasiswa atau meneliti bagaimana penundaan terwujud di berbagai tahapan penyelesaian tugas akhir, dari pemilihan topik dan pengembangan proposal hingga pengumpulan data dan penulisan. Akibatnya, studi ini berupaya mengatasi kesenjangan ini dengan

menempatkan ketekunan dalam pemahaman yang lebih terstruktur tentang proses akademik tahun terakhir dan dinamika sosial di sekitarnya.

Di luar faktor psikologis individu, kondisi eksternal juga memberikan kontribusi signifikan terhadap situasi tersebut, khususnya melalui peran dukungan sosial. Sarafino dan Smith (2011) mengkonseptualisasikan dukungan sosial sebagai berbagai bantuan yang diperoleh individu orang lain, yang dapat berupa bentuk emosional, instrumental, informasional, atau terkait harga diri, yang semuanya berfungsi sebagai sumber daya penanggulangan utama ketika menghadapi stres. Ketika dukungan tersebut cukup tersedia, individu umumnya lebih siap untuk mengatur respons stres, mengembangkan persepsi yang lebih kuat tentang keamanan dan kepercayaan diri, dan meningkatkan kapasitas keseluruhan mereka untuk menangani tanggung jawab akademik yang menuntut. Bagi mahasiswa di tahun terakhir studi mereka, sumber daya pendukung ini baik yang berasal dari anggota keluarga, teman sebaya, atau pembimbing akademik menjadi sangat penting selama periode penulisan tesis. Sumber daya ini tidak hanya membantu mahasiswa mengelola beban psikologis yang terkait dengan penyelesaian proyek akademik utama, tetapi juga mempertahankan motivasi dan mengurangi kecenderungan penundaan akademik, yang pada akhirnya memfasilitasi kemajuan yang lebih konsisten dalam memenuhi kewajiban ilmiah mereka (Wulandari & Metia, 2025). Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial dapat membuat mahasiswa merasa terisolasi dan terbebani, sehingga meningkatkan risiko munculnya perilaku prokrastinasi akademik (Li, 2023). Dukungan sosial dapat secara signifikan dan negatif memprediksi perilaku menunda-nunda akademik pada mahasiswa profesi Kesehatan (Opdenakker, 2021; Zhao *et al.*, 2022). Dalam budaya kolektif Indonesia, dimana ikatan keluarga dan komunitas sangat dihargai, dukungan sosial mungkin memiliki pengaruh yang sangat besar dalam membentuk perilaku akademik.

Dukungan sosial memiliki efek negatif terhadap penundaan akademik, meskipun peserta studi masih terbatas pada siswa tingkat madrasah (Waty & Agustina 2022). Dalam konteks pendidikan tinggi, penelitian yang dilakukan oleh Putri Anisahwati (2016) menyoroti bahwa dukungan sosial dan kecenderungan perfeksionis memainkan peran penting dalam membentuk tingkat penundaan akademik yang dialami oleh mahasiswa pascasarjana, khususnya dalam kaitannya dengan penyelesaian tesis dan disertasi. Memperluas penelitian ini,

Shinta *et al.*, (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berbanding terbalik dengan penundaan akademik mahasiswa, yang mengindikasikan bahwa tingkat dukungan yang lebih tinggi cenderung mengurangi perilaku menunda. Namun, temuan mereka lebih lanjut menunjukkan bahwa, meskipun hubungan ini signifikan secara statistik, dampak dukungan sosial relatif lebih lemah jika dibandingkan dengan pengaruh prediktif yang lebih kuat dari ketahanan akademik dalam menjelaskan kecenderungan penundaan di kalangan mahasiswa.

Sebagai salah satu faktor penentu utama yang dapat berkontribusi pada perilaku menunda-nunda pekerjaan di kalangan mahasiswa tingkat akhir, faktor ini masih relatif kurang dieksplorasi dalam konteks pendidikan tinggi. Ketekunan (*grit*), khususnya, menekankan kegigihan yang berkelanjutan dan upaya yang konsisten menuju tujuan jangka panjang tidak seperti konstruk motivasi atau efikasi diri, ketekunan lebih berkaitan dengan kapasitas individu untuk mempertahankan komitmen dan ketahanan ketika dihadapkan dengan hambatan. Karena penekanan pada daya tahan dalam menghadapi kesulitan, ketekunan yang lebih tepat untuk menjelaskan kecenderungan menunda-nunda pekerjaan di kalangan mahasiswa tingkat akhir (Felicia *et al.*, 2025). Sedangkan dukungan sosial berperan sebagai sumber motivasi dan bantuan dalam menghadapi tekanan akademik (Chen *et al.*, 2025). Oleh karena itu, kedua variabel tersebut perlu diteliti untuk memahami faktor-faktor yang dapat membantu mengurangi prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Temuan-temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun dukungan sosial sering dikaji, hasilnya belum sepenuhnya konsisten, terutama pada mahasiswa strata satu yang berada pada fase penyusunan skripsi. Oleh karena itu, berdasarkan kesenjangan yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian ini menawarkan kebaruan yang jelas. Pertama, lokasi penelitian berada di Kota Sorong, Provinsi Papua Barat Daya, dengan latar sosial dan budaya yang berbeda dari daerah lain, sehingga dapat memberikan gambaran baru mengenai faktor penyebab dan tingkat prokrastinasi akademik di wilayah Timur Indonesia. Kedua, penelitian ini menyoroti *Grit* (X1) dan Dukungan sosial (X2). Lebih lanjut, penelitian ini secara khusus berfokus pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, memberikan konteks yang terfokus untuk meneliti dinamika ini dalam lingkungan akademik lokal.

Penelitian ini dirancang untuk menyelidiki bagaimana ketekunan dan persepsi dukungan sosial berkontribusi pada penundaan akademik di kalangan mahasiswa tingkat akhir di Universitas Pendidikan Muhammadiyah di Sorong. Penelitian ini berupaya untuk mengeksplorasi pengaruh kedua variabel ini baik secara independen maupun kombinasi, dengan tujuan untuk menawarkan pemahaman yang lebih bernuansa dan holistik tentang faktor-faktor yang membentuk perilaku penundaan pada mahasiswa yang mendekati akhir perjalanan akademiknya. Dengan mengintegrasikan faktor-faktor ini dalam satu kerangka analitis, penelitian ini bertujuan untuk mengklarifikasi bagaimana ketekunan pribadi dan sumber daya sosial eksternal berinteraksi dalam memengaruhi kecenderungan mahasiswa untuk menunda tugas akademik. Temuan diharapkan dapat memperluas wawasan teoritis dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan pengaruh motivasi dan sosial terhadap perilaku akademik. Selain itu, penelitian ini diharapkan memberikan nilai praktis bagi mahasiswa, pembimbing akademik, dan lembaga pendidikan tinggi dengan memberikan informasi tentang strategi untuk mengurangi penundaan dan mendukung intervensi yang mendorong kemajuan akademik yang lebih konsisten dan kelulusan tepat waktu.

Tinjauan Pustaka

Prokrastinasi Akademik

Penundaan akademik mengacu pada pola perilaku di mana individu secara sadar dan berulang kali menunda penyelesaian tanggung jawab akademiknya (Jamila, 2020). Ferrari *et al.*, (1995) lebih lanjut mengkonseptualisasikannya sebagai kecenderungan yang disengaja untuk menunda pekerjaan akademik, suatu perilaku yang sangat merugikan bagi mahasiswa, terutama mereka yang berada pada tahap akhir studi mereka yang diharuskan menyelesaikan proyek besar seperti tesis.

Selain itu, Ferrari *et al.*, (1995) mengidentifikasi empat dimensi utama yang menjadi ciri penundaan akademik. Yang pertama melibatkan penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, di mana individu menyadari pentingnya suatu tugas namun terus menunda dimulainya dan diselesaikannya. Kedua berkaitan dengan penundaan selama pelaksanaan tugas, yang tercermin dalam aktivitas persiapan yang berlebihan dan seringkali tidak perlu yang tidak secara langsung

berkontribusi dalam memenuhi persyaratan atau tenggat waktu yang sebenarnya. Aspek ketiga adalah kesenjangan antara niat yang direncanakan dan kinerja aktual, dimana individu seringkali gagal menyelaraskan penyelesaian tugasnya dengan jadwal atau tenggat waktu yang telah ditetapkan sebelumnya. Dimensi keempat berkaitan dengan preferensi terhadap alternatif yang lebih menyenangkan, dimana individu secara sadar memilih aktivitas yang menarik atau menghibur daripada memenuhi kewajiban akademis yang harus diprioritaskan.

Berdasarkan uraian di atas, penundaan akademik dapat dipahami sebagai pola perilaku di mana individu secara sistematis menunda penyelesaian tugas akademik, termasuk menunda tugas dan menanggguhkan penyelesaian pekerjaan yang dibutuhkan. Kecenderungan ini sering mencerminkan kesenjangan yang terus-menerus antara rencana yang dimaksudkan dan implementasi aktual, di mana siswa tidak mampu menerjemahkan tujuan akademik yang dijadwalkan menjadi tindakan tepat waktu. Dalam banyak kasus, perilaku ini juga ditandai dengan preferensi terhadap aktivitas yang memberikan imbalan langsung atau lebih menyenangkan daripada tanggung jawab yang relevan secara akademis, yang semakin memperkuat siklus penundaan dan penurunan produktivitas. Oleh karena itu, aspek-aspek ini mencerminkan perilaku yang dapat menghambat kemajuan akademik dan meningkatkan tekanan psikologis, sehingga perlu dikelola secara efektif untuk mendukung produktivitas..

Menurut Ferrari *et al.*, (1995) terdapat 2 faktor yaitu internal dan eksternal yang mempengaruhi prokrastinas akademik. Faktor internal, meliputi; (1) Kondisi fisik individu, kondisi fisik yang tidak optimal, seperti kelelahan, kurang tidur, atau gangguan kesehatan, dapat menurunkan energi, fokus, dan motivasi sehingga meningkatkan kecenderungan prokrastinasi dalam penyelesaian tugas akademik. (2) Kondisi psikologis individu, faktor psikologis turut berperan dalam memengaruhi perilaku prokrastinasi, seperti berkontribusi terhadap prokrastinasi, terutama melalui rendahnya regulasi waktu, strategi manajemen tugas yang tidak efektif, serta motivasi intrinsik yang lemah. Persepsi negatif terhadap tugas, kecemasan akan kegagalan, dan persepsi waktu yang keliru turut memperkuat kecenderungan tersebut. Selain pengaruh internal tersebut, berbagai faktor eksternal juga memainkan peran penting dalam membentuk hasil, termasuk keterbatasan perhatian orang tua, variasi gaya pengasuhan, dan konteks lingkungan yang lebih luas tempat individu berkembang. Tekanan lain yang

berkontribusi dapat muncul dari beban kerja berat yang harus diselesaikan dalam batasan waktu yang ketat, serta kurangnya waktu yang tersedia untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab yang diberikan secara memadai. Bersama-sama, kondisi-kondisi ini dapat berinteraksi dengan cara yang kompleks, seringkali meningkatkan tuntutan pada individu dan memengaruhi kemampuan mereka untuk berkinerja secara efektif.

Grit

Grit mengacu pada kegigihan jangka panjang dan upaya berkelanjutan individu dalam mengejar tujuan yang jauh melampaui periode singkat seperti minggu atau bulan. Ini mencerminkan kemampuan untuk terus bekerja mengatasi tantangan, mempertahankan dedikasi, dan menjaga motivasi serta minat bahkan di tengah kemunduran, kegagalan, dan kesulitan signifikan yang dihadapi di sepanjang jalan menuju pencapaian tujuan jangka panjang (Duckworth *et al.*, 2007).

Berdasarkan konsep ini, Duckworth *et al.*, (2007) mengidentifikasi dua dimensi kunci yang menggambarkan bagaimana individu mempertahankan stabilitas dalam tujuan dan minat mereka dari waktu ke waktu, khususnya dalam kaitannya dengan kecenderungan mereka untuk tidak sering mengubah arah. Dimensi pertama, *Consistency of Interest*, menggambarkan individu yang mempertahankan tujuan yang stabil dan tidak mudah teralihkan oleh gangguan baru atau perubahan keadaan. Mahasiswa yang menunjukkan sifat ini cenderung tetap fokus pada tujuan akademis mereka, secara konsisten menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen, dan kurang rentan terhadap penundaan karena perhatian mereka tertuju pada minat jangka panjang daripada dorongan jangka pendek. Dimensi kedua, *Perserverance of effort*, mengacu pada tekad yang berkelanjutan yang diterapkan dalam proses menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan. Individu yang memiliki tingkat tinggi dalam aspek ini cenderung mengerahkan seluruh upaya mereka, menghadapi hambatan dan tantangan dengan ketahanan daripada menghindar, bekerja dengan tekun dari waktu ke waktu, dan terus mendorong diri mereka sendiri menuju pencapaian ambisi akademis atau profesional jangka panjang mereka.

Menurut Duckworth *et al.*, (2007) ketekunan dibentuk oleh berbagai faktor yang berkontribusi, dengan pengaruh internal memainkan peran yang sangat

sentral. Salah satu komponen internal ini adalah (1) minat, yang mengacu pada kecenderungan berkelanjutan dan keinginan tulus individu terhadap aktivitas atau tujuan tertentu. Ketika seseorang memiliki tingkat ketekunan yang tinggi, mereka tidak hanya didorong oleh antusiasme sesaat; sebaliknya, mereka menunjukkan kemauan untuk bertahan bahkan melalui tugas-tugas yang pada dasarnya tidak menyenangkan, mempertahankan upaya yang stabil saat mereka bekerja menuju tujuan jangka panjang. Faktor internal kunci lainnya adalah (2) latihan yang disengaja, yang menjadi relevan setelah seseorang mengidentifikasi bidang minat mereka. Pada tahap ini, kemajuan bergantung pada penyempurnaan keterampilan yang konsisten dan bertujuan melalui upaya berulang, pembelajaran terstruktur, dan peningkatan diri yang berkelanjutan. Individu dengan karakteristik ketekunan yang kuat terlibat dalam latihan yang melampaui pengulangan demi pengulangan itu sendiri; mereka secara aktif mendorong penguasaan yang lebih dalam, menolak rasa puas diri, dan menghindari rasa puas dengan pencapaian awal atau dangkal, melainkan terus berupaya untuk meningkatkan tingkat kompetensi mereka dari waktu ke waktu.. (3) Tujuan, berperan memperkuat dan mempertahankan minat dengan memberikan arah dan makna pada usahasehingga individu tetap konsisten dalam mencapai tujuan jangka panjang. (4) Harapan, yaitu kegigihan untuk bangkit, dalam grit harapan diperlukan sebagai mencerminkan keyakinan dan tekad untuk bangkit dari kesulitan, sehingga individu tetap berusaha mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Selain itu, faktor eksternal meliputi; (1) Pengasuhan, pola asuh berdasarkan tuntutan dan dukungan orang tua. Pola asuh permisif muncul ketika orang tua memiliki tuntutan tinggi namun disertai dukungan yang kuat, sedangkan pola asuh otoriter mencerminkan tuntutan yang tinggi tanpa dukungan emosional, dimana pola asuh bijak yang mengombinasikan tuntutan tinggi dan dukungan hangat dinilai paling efektif. Selain itu, grit juga berkembang melalui proses modeling sosial, sehingga keteladanan orang tua menjadi faktor penting. (2) *Playing fields*, ketekunan dapat berkembang jika ada kemungkinan bagi individu untuk berkembang. Itu bukan sesuatu yang ditunggu tetapi orang yang bersangkutan untuk secara aktif mencari pengalaman yang menantang. Dalam konteks pengasuhan, orang tua disarankan menyediakan aktivitas yang menantang dan sesuai minat anak agar dapat melatih ketekunan. (3) Budaya, yaitu norma dan nilai yang dipegang oleh sekelompok individu. Budaya berperan

dalam pembentukan grit melalui norma dan nilai lingkungan, dimana individu yang berada di lingkungan dengan tingkat ketekunan dan resiliensi tinggi cenderung lebih mudah mengembangkan grit.

Dukungan Sosial

Menurut Sarafino dan Smith (2011) mengkonseptualisasikan dukungan sosial sebagai ketersediaan dorongan dan penguatan yang dirasakan yang berasal dari interaksi dengan orang lain, menekankan bahwa yang terpenting bukanlah hanya bantuan aktual yang diberikan tetapi juga perasaan subjektif individu tentang diakui dan diperhatikan oleh orang-orang di lingkungannya. Dalam kerangka ini, dukungan sosial mencakup bentuk bantuan verbal dan nonverbal, termasuk ekspresi emosional, tindakan perilaku, dan bantuan nyata, yang semuanya secara kolektif menandakan bahwa seseorang dihargai dan diperhatikan oleh orang lain. Memperluas pemahaman ini, King menggambarkan dukungan sosial sebagai aliran informasi dan umpan balik dalam jaringan komunikasi interpersonal yang mengkomunikasikan rasa hormat, perhatian, penghargaan, dan kasih sayang terhadap seseorang (Oktavia, 2022). Secara bersama-sama, perspektif ini menyoroti dukungan sosial sebagai konstruksi multidimensional yang berakar pada pertukaran interpersonal yang dirasakan dan diungkapkan, di mana rasa dicintai dan dihargai muncul melalui penegasan komunikatif dan perilaku yang konsisten dari lingkungan sosial seseorang.

Sarafino dan Smith (2011) mengungkapkan bahwa terdapat 4 aspek, meliputi; (1) Dukungan emosional, ungkapan empati, perhatian dan kepedulian. Dukungan ini dapat berupa ucapan belasungkawa kepada seseorang yang telah kehilangan kerabat dekat. (2) Dukungan apresiatif, ungkapan rasa hormat atau pengakuan positif. Dukungan ini dapat diberikan kepada orang-orang yang kurang mampu atau yang hidup dalam kondisi miskin dan membutuhkan apresiasi. (3) Dukungan informasional, dukungan berupa saran, nasihat, dan masukan yang dibutuhkan orang lain. (4) Dukungan instrumental, yaitu dukungan yang memberikan bantuan langsung kepada orang-orang yang mengalami musibah seperti bencana alam.

Pengaruh *Grit* Dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik

Mahasiswa tingkat akhir berada pada fase krusial penyelesaian skripsi yang menuntut kemandirian dan kemampuan mengelola tekanan akademik jangka

panjang. Namun, proses ini sering diwarnai penundaan dan ketidakteraturan pengerjaan yang mencerminkan prokrastinasi akademik (Ferrari *et al.*, 1995). Perilaku tersebut tidak hanya menyebabkan keterlambatan studi, tetapi juga berkaitan dengan meningkatnya stres, kelelahan emosional, dan penurunan performa akademik (Kuftyak, 2022; Surawat *et al.*, 2025).

Grit sebagai karakter psikologis yang mencerminkan ketekunan dan konsistensi minat terhadap tujuan jangka panjang berperan sebagai faktor internal dalam menekan prokrastinasi akademik (Duckworth *et al.*, 2007). Pada mahasiswa tingkat akhir, tuntutan penyusunan skripsi yang bersifat jangka panjang dan penuh hambatan memerlukan daya tahan usaha serta regulasi diri yang kuat. Individu dengan ketekunan tinggi cenderung mampu mempertahankan motivasi dan konsistensi dalam menyelesaikan tugas, sedangkan rendahnya grit dapat melemahkan ketahanan psikologis dan meningkatkan kecenderungan menunda tugas akademik (Alhadabi & Karpinski, 2020; Mustika & Laily, 2025).

Sebaliknya, dukungan sosial berfungsi sebagai sistem sumber daya eksternal yang memungkinkan siswa untuk mengelola dan mengatasi stres akademik dengan lebih baik. Ketika individu menerima jaminan emosional, bantuan praktis, dan panduan informasi yang relevan, mereka cenderung mengalami keamanan psikologis yang lebih besar, peningkatan efikasi diri, dan kapasitas mengatasi yang lebih kuat dalam menangani tugas-tugas akademik (Sarafino & Smith, 2011). Dalam konteks khusus penyelesaian tesis, masukan dukungan dari lingkungan sekitar memainkan peran penting dalam membantu siswa mengatur tingkat stres dan mempertahankan keterlibatan akademik yang konsisten. Akibatnya, dukungan sosial beroperasi sebagai mekanisme pelindung yang mengurangi kemungkinan penundaan akademik dengan memperkuat ketahanan dan ketekunan siswa dalam menghadapi tanggung jawab ilmiah yang menuntut (Shinta *et al.*, 2022; Waty & Agustina, 2022).

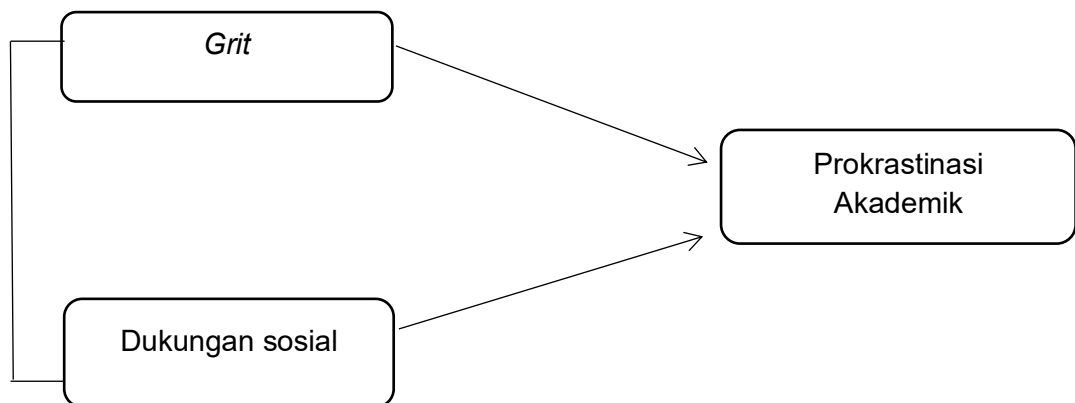
Dengan demikian, grit dan dukungan sosial merupakan dua variabel independen yang diduga bahwa hal ini memiliki pengaruh terhadap perilaku penundaan akademik mahasiswa akhir. Ketekunan berfungsi sebagai kekuatan bati yang membantu mahasiswa bertahan dan konsisten dalam menghadapi tuntutan akademik jangka panjang, sementara dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya eksternal yang memperkuat kemampuan coping terhadap stres akademik. Namun secara parsial, keduanya dapat menunjukkan pengaruh yang

berbeda-beda terhadap prokrastinasi akademik, sehingga perlu dikaji lebih lanjut dalam konteks mahasiswa tingkat akhir.

Kerangka berpikir

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka kerangka berpikir pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Gambar 1. *Kerangka Berpikir*



Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, agar mencapai tujuan yang diharapkan, maka hipotesis penelitian ini terdiri dari hipotesis mayor dan minor. Hipotesis mayor dalam penelitian ini berbunyi, “Terdapat pengaruh antara grit dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir”.

Sementara, hipotesis minor penelitian ini yaitu: 1) Terdapat pengaruh dari *grit* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa akhir. 2) Terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa akhir.

METODE PENELITIAN

Pendekatan Penelitian

Penelitian ini mengadopsi desain survei kuantitatif yang dicirikan oleh metodologi sistematis dan terstruktur yang bergantung pada data numerik untuk secara objektif memeriksa hubungan antar variabel (Fauzi *et al.*, 2022). Secara khusus, penelitian ini diklasifikasikan sebagai penelitian kuantitatif non-eksperimental, karena peneliti tidak memperkenalkan bentuk perlakuan atau intervensi apa pun kepada partisipan, tetapi sebaliknya mengamati dan menganalisis kondisi yang ada sebagaimana terjadi secara alami berdasarkan data kuantitatif yang dikumpulkan di lapangan (Azwar, 2012). Untuk menjawab tujuan penelitian, analisis regresi linier berganda digunakan, mengingat penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana dua variabel independen yaitu ketekunan dan dukungan sosial memprediksi variabel dependen, penundaan akademik, di antara mahasiswa tahun terakhir Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong (Unimuda Sorong).

Subjek penelitian

Populasi yang dipertimbangkan dalam penelitian ini terdiri dari seluruh mahasiswa tingkat akhir yang terdaftar di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong (Unimuda Sorong) yang aktif terdaftar sebagai mahasiswa di institusi tersebut. Berdasarkan catatan administrasi yang diperoleh dari Institut Pendidikan, Pembelajaran, dan Pengembangan Akademik (LP3A) di Unimuda Sorong, jumlah total mahasiswa tingkat akhir angkatan 2022 adalah 936 orang, dan angka ini digunakan sebagai populasi referensi untuk menentukan sampel penelitian. Responden yang termasuk dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang setuju untuk berpartisipasi secara sukarela dan menyelesaikan kuesioner penelitian secara lengkap, sehingga memberikan data yang dibutuhkan untuk analisis.

Dalam hal desain pengambilan sampel, penelitian ini menerapkan pendekatan pengambilan sampel probabili sampling, yang memastikan bahwa setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai bagian dari sampel (Etikan, 2017). Lebih spesifiknya, pengambilan sampel acak sederhana digunakan, mengingat populasi relatif seragam dalam hal karakteristik angkatan dan tidak memerlukan stratifikasi ke dalam subkelompok. Pendekatan

ini dipilih untuk menjaga objektivitas dan mengurangi bias seleksi, karena menjamin bahwa setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai responden dalam penelitian. Penentuan ukuran sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan mengacu pada tabel Isaac & Michael dengan tingkat kesalahan yang ditoleransi sebesar 5% (Sugiono, 2016), yang pada akhirnya menghasilkan sampel yang dibutuhkan sebanyak 255 responden. Penggunaan tabel ini dipilih sebagai pendekatan praktis dan sistematis untuk memperkirakan sampel minimum yang memadai yang masih dapat mewakili karakteristik populasi yang diketahui dengan tingkat presisi yang dapat diterima. Dengan mengadopsi metode ini, peneliti bertujuan untuk memastikan bahwa proses pengambilan sampel tetap efisien dan metodologis, menyeimbangkan kecukupan statistik dengan kelayakan lapangan. Akibatnya, ukuran sampel yang dihasilkan sebanyak 255 responden dianggap cukup untuk mendukung validitas dan reliabilitas temuan penelitian sekaligus mempertahankan keterwakilan populasi yang diteliti. Metode ini dipilih untuk memudahkan peneliti menetapkan jumlah sampel dengan tingkat kesalahan tertentu (1%, 5%, atau 10%) tanpa perlu menghitung rumus secara manual. Jumlah ini dinilai memadai untuk mewakili populasi mahasiswa akhir di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong dan mendukung analisis statistik yang digunakan dalam penelitian.

Etika penelitian

Penelitian ini memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian sesuai dengan pedoman (Sugiono, 2016). Pertama, peserta diminta untuk memberikan persetujuan sukarela untuk berpartisipasi dalam penelitian, sehingga memenuhi persyaratan persetujuan berdasarkan informasi. Dalam konteks survei kuantitatif ini, persetujuan tersebut secara efektif ditunjukkan melalui keputusan independen responden untuk mengisi kuesioner tanpa tekanan atau paksaan apa pun, sementara identitas mereka dilindungi melalui penggunaan teknik anonimisasi untuk memastikan privasi.

Selain itu, penelitian ini secara ketat menjaga prinsip kerahasiaan dengan membatasi penggunaan data yang dikumpulkan secara eksklusif untuk tujuan akademis dan penelitian, memastikan bahwa tidak ada informasi yang dibagikan kepada pihak eksternal yang tidak berwenang. Lebih lanjut, desain penelitian dipandu oleh prinsip non-malefisensi, yang berarti bahwa semua prosedur disusun

dengan cermat untuk mencegah segala bentuk bahaya atau efek buruk pada peserta, baik fisik maupun psikologis, selama seluruh proses penelitian

Metode pengumpulan data

Data untuk penelitian ini dikumpulkan melalui pendekatan kuantitatif, di mana instrumen pengukuran diberikan dalam bentuk survei daring yang didistribusikan melalui Google Forms. Keputusan untuk menggunakan Google Forms didasarkan pada keunggulan praktisnya, khususnya kemampuannya untuk menjangkau kelompok responden yang luas dan beragam sambil mempertahankan efisiensi dalam hal waktu dan biaya penelitian, serta memastikan bahwa tanggapan yang dikumpulkan dapat diorganisir secara sistematis untuk analisis selanjutnya. Instrumen itu sendiri terdiri dari kuesioner terstruktur dan tertutup, di mana peserta diberikan pilihan jawaban yang telah ditentukan sebelumnya dan diharuskan untuk memilih pilihan yang paling akurat mewakili pandangan mereka. Selain itu, penelitian ini menerapkan format skala Likert, teknik pengukuran yang diakui secara luas dalam penelitian ilmu sosial yang dirancang untuk mengukur sikap, persepsi, dan evaluasi individu terhadap pernyataan tertentu secara konsisten dan dapat dianalisis (Azwar, 2017). Setiap angka dalam skala ini merepresentasikan tingkat persetujuan atau frekuensi, di mana 1 menunjukkan "Sangat Tidak Relevan", 2 "Tidak Relevan", 3 "Relevan", 4 "Sangat Relevan". Skala *Likert* dipilih karena memudahkan responden dalam menyatakan tingkat persetujuan terhadap pernyataan yang diberikan serta memungkinkan data analisis secara kuantitatif secara sistematis.

Pengaplikasian teknik simple random sampling yaitu populasi penelitian terdiri atas seluruh mahasiswa tingkat akhir Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong (Unimuda Sorong) Angkatan 2022 yang berjumlah 936 orang. Seluruh data populasi tersebut terlebih dahulu dicatat dalam lembar kerja *Microsoft Excel*, kemudian dilakukan proses secara acak untuk menentukan sampel penelitian. Proses pengacakan dilakukan menggunakan bantuan media digital, seperti aplikasi pengacak angka (*randomizer*) atau spin, sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel.

Tiga instrumen pengukuran digunakan dalam penelitian ini, yang dirancang khusus untuk menilai penundaan akademik, ketekunan, dan dukungan sosial yang dirasakan, masing-masing dikembangkan sesuai dengan konstruksi teoretis yang mendasari variabel-variabel tersebut. Instrumen tersebut terdiri dari item-item yang

dirumuskan secara positif dan negatif untuk menangkap variabilitas respons dan mengurangi bias respons. Sebelum diterapkan, skala-skala tersebut menjalani proses modifikasi, terutama melibatkan penyempurnaan linguistik dan tata bahasa untuk memastikan kesesuaian dan keselarasan dengan konteks dan tujuan spesifik penelitian.

Proses selanjutnya adalah penilaian profesional (*professional judgment*) yang dikenal sebagai proses yang melibatkan pihak profesional untuk melakukan penilaian apakah aitem- aitem yang disusun peneliti telah merepresentasikan aspek dan dimensi dari teori serta menilai penggunaan bahasa yang digunakan dalam skala telah sepadan dengan kelompok sampel responden penelitian (Azwar, 2017). Proses validitas menyeluruh terkait aspek bahasa dan konstruk yang diukur melibatkan 3 *professional* yakni dua dosen psikologi dan satu dosen Bahasa Indonesia dengan gelar master dan pengalaman akademis yang relevan. Berdasarkan hasil penilaian, semua item secara umum dianggap sesuai, dengan beberapa perbaikan kecil yang direkomendasikan. Revisi dilakukan terutama untuk menyederhanakan bahasa dan menyesuaikan istilah agar lebih mudah dipahami oleh responden serta perubahan respon pada skala, perbaikan aitem *favorable* dan penyesuaian aitem berdasarkan aspek dan dimensi yang diukur. Setelah melalui revisi sesuai masukan ahli, instrumen kemudian diuji cobakan (*tryout*) kepada 50 mahasiswa tingkat akhir untuk memastikan reliabilitas dan kejelasan pernyataan sebelum didistribusikan kepada responden utama.

Skala Prokrastinasi Akademik

Instrumen pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Prokrastinasi Akademik yang awalnya dikembangkan oleh (Ferrari *et al.*, 1995), dan diuji validitasnya kembali pada penelitian Gibran (2024) Dalam proses validasi tersebut, skala ini menunjukkan kinerja psikometrik yang kuat, tercermin dalam *corrected item-total correlation* yang dikoreksi berkisar antara 0.551 hingga 1.000, bersamaan dengan konsistensi internal yang tinggi yang ditunjukkan oleh *alpha Cronbach* sebesar 0.952. Secara konseptual, instrumen ini mengoperasionalkan prokrastinasi akademik melalui empat dimensi yang saling terkait, termasuk penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas yang diberikan, penundaan dalam menyelesaikan pekerjaan setelah dimulai, perbedaan antara jadwal yang direncanakan dan pelaksanaan perilaku aktual, serta kecenderungan untuk

memprioritaskan aktivitas yang lebih menyenangkan atau memberikan imbalan langsung daripada tanggung jawab akademik.

Tabel 1. *blueprint prokrastinasi akademik sebelum dimodifikasi*

Aspek	Aitem-Aitem		Total
	Fav	Unfav	
Penundaan dalam menyelesaikan tugas	1,3, 5, 2,16	4	6
Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	6, 8, 9,10, 12	7,18	7
Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	11,13,17	14,15	5
Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	19,20,23	21,22	5
Jumlah	15	8	23

Instrumen tersebut mengalami beberapa penyempurnaan, termasuk penyesuaian linguistik dan revisi jumlah item, sebelum diuji secara empiris menggunakan sampel percobaan yang terdiri dari 50 responden non-peserta. Pada fase evaluasi pendahuluan ini, validitas item dinilai melalui pendekatan korelasi item-total terkoreksi dengan nilai ambang batas yang telah ditentukan sebesar 0.30 (Azwar, 2017). Hasilnya menunjukkan bahwa empat item gagal memenuhi kriteria yang dibutuhkan dan kemudian dieliminasi, terdiri dari tiga item dari dimensi keterlambatan dan satu item dari dimensi kesenjangan antara target yang direncanakan dan kinerja aktual. Secara khusus, dalam aspek keterlambatan, item 2 dan item 3 menghasilkan korelasi item-total terkoreksi masing-masing sebesar 0,266 dan 0,210, sedangkan item 7 menghasilkan nilai negatif sebesar 0,040, yang menunjukkan diskriminasi yang buruk. Pada dimensi kesenjangan antara perencanaan dan kinerja, item 14 menunjukkan korelasi terkoreksi yang rendah sebesar 0,073. Setelah penghapusan tersebut, instrumen final mempertahankan 19 item dari 23 item asli. Secara keseluruhan, item-item yang tersisa menunjukkan validitas konstruk yang memuaskan, dengan nilai korelasi item-total yang dikoreksi berkisar dari 0,319 hingga 0,756, yang mencerminkan kemampuan pengukuran yang memadai hingga kuat dari konstruk yang dimaksud. Selain itu, analisis reliabilitas menghasilkan koefisien 0,875, yang termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi, sehingga menunjukkan konsistensi internal yang kuat dan mendukung kesesuaian instrumen untuk digunakan dalam studi utama.

Tabel 2. *blueprint prokrastinasi akademik setelah dimodifikasi*

Aspek	Aitem-Aitem		Total
	Fav	Unfav	
Penundaan dalam menyelesaikan tugas	1, 3,12	2	4
Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	4, 5, 6,7,9	14	6
Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	8,10,13	11	4
Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan	15,16,19	17,18	5
Jumlah	14	5	19

Skala Grit

Alat ukur *grit* yang dikembangkan oleh Duckworth *et al.*, (2007). dirancang untuk menilai ketekunan dan semangat jangka panjang seseorang terhadap tujuan dari waktu ke waktu. Skala ini disusun berdasarkan dua dimensi inti: konsistensi minat, yang mencerminkan kemampuan untuk mempertahankan fokus pada tujuan yang telah ditetapkan tanpa mudah teralihkan, bersamaan dengan keselarasan perhatian yang berkelanjutan terhadap minat yang dipilih; dan ketekunan upaya, yang menangkap kecenderungan untuk mengarahkan upaya berkelanjutan dalam menghadapi tantangan, mempertahankan komitmen untuk menyelesaikan tugas, dan menunjukkan ketekunan meskipun ada hambatan atau kemunduran. Evaluasi psikometrik lebih lanjut dari skala ketekunan dilakukan (Maulana, 2020) yang melaporkan bukti validitas yang memuaskan, ditunjukkan oleh nilai korelasi item-total terkoreksi yang berkisar antara 0,750 hingga 0,875, bersamaan dengan koefisien reliabilitas *alpha Cronbach* sebesar 0,715, yang menunjukkan konsistensi internal instrumen yang dapat diterima.

Tabel 3. *Blueprint skala grit sebelum dimodifikasi*

Dimensi	Aitem-Aitem		Total
	Fav	Unfav	
konsistensi minat (Perhatian tidak mudah dialihkan, menetapkan tujuan, memperhatikan minat)	1,4,6,11	2,3,5,7	8
ketekunan (Berusaha keras dalam tantangan, mampu menyelesaikan pekerjaan, gigih dan berusah)	9,10,12,	8	4
Jumlah	6	6	12

Modifikasi yang dilakukan mencakup penyesuaian bahasa dan penyesuaian jumlah item, dengan melibatkan *tryout*/uji coba skala kepada 50 responden non sampel yang selanjutnya diuji menggunakan uji validitas *corected* aitem total dengan indeks validitas sebesar 0.30 (Azwar, 2017). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat 4 aitem yang gugur, yang terdiri dari 3 aitem pada dimensi konsistensi minat dan 1 aitem pada dimensi ketekunan. Aitem yang gugur pada dimensi konsistensi minat yaitu nomor 1 dengan daya *corected* aitem total 0.283 aitem nomor 4 dengan daya *corected* aitem total 0.247 dan aitem no 8 dengan daya *corected* aitem total 0.283. Sementara itu 1 aitem pada dimensi ketekunan dengan daya *corected* aitem total 0.150, sehingga menyisakan 8 dari 12 aitem yang di ajukan. Selain itu, penilaian validitas menghasilkan koefisien korelasi item yang berkisar antara 0,416 hingga 0,603, yang menunjukkan bahwa setiap item menunjukkan kapasitas yang cukup hingga kuat dalam mewakili dan mengukur konstruk grit yang mendasarinya. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa item instrumen cukup selaras dengan kerangka teori yang diteliti. Di sisi lain, analisis reliabilitas menghasilkan koefisien sebesar 0,753, yang berada dalam kisaran konsistensi internal yang dapat diterima hingga baik. Hasil ini menyiratkan bahwa instrumen pengukuran tersebut relatif stabil dan konsisten dalam hasil antar item, sehingga menegaskan bahwa instrumen tersebut dapat diandalkan dan sesuai untuk digunakan sebagai alat penelitian dalam penelitian ini.

Tabel 4. *blueprint skala grit setelah dimodifikasi*

Dimensi	Aitem-Aitem		Total
	Fav	Unfav	
konsistensi minat (Perhatian tidak mudah dialihkan, menetapkan tujuan, memperhatikan minat)	4	1,2,3,5	5
ketekunan (Berusaha keras dalam tantangan, mampu menyelesaikan pekerjaan, gigih dan berusah)	6,17,8,	-	3
Jumlah	4	4	8

Skala Dukungan Sosial

Alat ukur dukungan sosial yang dikembangkan oleh Sarafino dan Smith, (2011) mengkonseptualisasikan konstruk tersebut melalui empat dimensi yang berbeda, yaitu dukungan emosional, dukungan terkait harga diri, bantuan

instrumental, dan dukungan informasional. Komponen-komponen ini secara kolektif menangkap sifat multifaset dari dukungan sosial yang dirasakan baik dalam pengaturan interpersonal maupun kontekstual. Kekokohan psikometrik skala tersebut telah diperiksa lebih lanjut dalam penelitian selanjutnya (Lestari, 2022) yang mengkonfirmasi konsistensi internal dan koherensi item yang kuat. Dalam studi validasi tersebut, koefisien korelasi item-total yang dikoreksi berkisar dari 0.870 hingga 0.877, menunjukkan tingkat homogenitas item yang tinggi, sementara koefisien *alpha Cronbach* mencapai 0.923, menunjukkan reliabilitas yang sangat baik dari keseluruhan instrumen.

Tabel 5. *blueprint skala dukungan sosial sebelum dimodifikasi*

Aspek	Aitem-Aitem		Total
	Fav	Unfav	
Dukungan emosional	1,10	7, 11	4
Dukungan penghargaan	5, 8, 12	4, 9, 13	6
Dukungan informasional	2,14, 15	16	4
Dukungan nyata atau instrumental	3, 6, 17	18	4
Jumlah	11	7	18

Modifikasi yang dilakukan mencakup penyesuaian bahasa dan penyesuaian jumlah item, dengan melibatkan tryout/uji coba skala kepada 50 responden non sampel yang selanjutnya diuji menggunakan uji daya *corected* aitem total dengan indeks validitas sebesar 0.30 (Azwar, 2017). Aitem dengan skor validitas di bawah 0.30 tidak dipertahankan. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat 2 aitem yang gugur, masing-masing 1 aitem pada aspek dukungan informasional dengan daya *corected* aitem total 0.260 dan 1 aitem pada dukkungan instrumental dengan daya *corected* aitem total 0.256, hingga menyisakan 16 dari 18 aitem yang di ajukan. Selain itu, uji validitas menunjukkan bahwa nilai koefisien validitas aitem dari rentang nilai antara 0.328 hingga 0.758. Rentang ini menunjukkan bahwa item tersebut menunjukkan efektivitas yang kuat dalam menangkap konstruk mendasar yang sedang diselidiki. Selain itu, analisis reliabilitas menghasilkan koefisien 0,897, yang termasuk dalam kategori reliabilitas sangat tinggi. Hasil tersebut mencerminkan tingkat konsistensi internal yang kuat di seluruh item pengukuran, menunjukkan bahwa instrumen penelitian beroperasi secara stabil dan koheren. Oleh karena itu, instrumen tersebut dapat dianggap

dapat diandalkan dan sesuai untuk digunakan sebagai alat pengukuran yang valid dalam konteks penelitian ini.

Tabel 6. *blueprint skala dukungan sosial setelah dimodifikasi*

Aspek	Aitem-Aitem		Total
	Fav	Unfav	
Dukungan emosional	1,8	5,9	4
Dukungan penghargaan	4, 6,10	3, 7, 11	6
Dukungan informasional	12, 13	14	3
Dukungan nyata atau instrumental	2, 15	16	3
Jumlah	9	7	16

Analisis data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan kombinasi statistik deskriptif, diagnostik asumsi klasik, dan pengujian hipotesis bersama dengan beberapa prosedur analitis tambahan. Komponen deskriptif berfokus pada meringkas karakteristik responden, termasuk domisili, jenis kelamin, status dan program studi untuk memberikan profil demografis sampel yang komprehensif. Data dikumpulkan melalui instrumen kuesioner yang didistribusikan baik secara langsung di lingkungan offline maupun secara digital menggunakan Google Forms, yang menargetkan mahasiswa tahun terakhir dari angkatan 22. Sebelum melakukan pengujian hipotesis, dataset tersebut dikenai serangkaian evaluasi asumsi klasik untuk memastikan kesesuaian model regresi, yaitu uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Setelah semua asumsi statistik dipastikan terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda yang difasilitasi oleh SPSS versi 26.0. Analisis inferensial mencakup pengujian signifikansi simultan (uji F), pengujian signifikansi parsial (uji t), penilaian koefisien determinasi (R^2), dan perhitungan kontribusi efektif untuk mengevaluasi sejauh mana setiap variabel independen memengaruhi variabel dependen. Selain itu, analisis eksplorasi lebih lanjut dalam bentuk pengujian perbedaan dilakukan untuk memeriksa bagaimana distribusi variabel penelitian bervariasi di berbagai kategori demografis responden, sehingga memperkaya interpretasi temuan empiris.

HASIL

Data Demografis Responden

Hasil pengumpulan data dari penelitian ini melibatkan 253 responden dari kalangan mahasiswa tingkat akhir, gambaran karakteristik responden dapat dipaparkan sebagai berikut.

Tabel 7. Deskripsi data Demografis Responden

Kategori	Jumlah	Presentase
Domisili		
Kota Sorong	58	22%
Kabupaten Sorong	195	77%
Total	253	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	84	33%
Perempuan	169	66%
Total	253	100%
Status		
Labepa	51	20%
Non-Oap	115	45%
Oap	87	34%
Total	253	100%
Prodi		
Agribisnis	10	4%
Akuakultur	5	2%
Akuntansi	6	2%
Bahasa Indonesia	2	0.8%
Bahasa Inggris	7	2%
Bisnis Digital	2	0.8%
Farmasi	43	17%
Hubungan Internasional	4	1%
Hukum	5	2%
Ilmu Komunikasi	17	7%
Ilmu Pemerintahan	7	2%
Ilmu Pengetahuan Alam	7	2%
Manajemen	4	1%
Matematika	10	4%
Pendidikan Agama Islam	26	10%
Pendidikan Biologi	5	2%
Pendidikan Guru Sekolah Dasar	21	8%
Pendidikan Jasmani	7	2%

Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan	16	6%
Pendidikan Teknologi Informasi	17	6%
Peternakan	1	0%
PGPAUD	6	2%
Psikologi	2	0%
Teknik Kimia	3	1%
Teknik Sipil	13	5%
Total	253	100%

Mayoritas responden dalam penelitian ini berdomisili di Kabupaten Sorong, yaitu sebanyak 195 orang (77%), sedangkan responden yang berdomisili di Kota Sorong sebanyak 58 orang (22%). Berdasarkan jenis kelamin, sampel didominasi oleh perempuan yaitu 169 orang (66%), sedangkan laki-laki berjumlah 84 orang (33%).

Berdasarkan status responden, kategori Non-oap merupakan kelompok terbanyak dengan jumlah 115 orang (45%). Selanjutnya responden dengan status oap berjumlah 87 orang (34%), sedangkan kategori labepa sebanyak 51 orang (20%).

Responden penelitian berasal dari berbagai program studi di Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong. Sebagian besar responden berasal dari program studi farmasi, yaitu berjumlah 43 orang (17%). Selanjutnya, oleh program studi pendidikan agama islam sebanyak 26 orang (10%), diikuti program studi pendidikan guru sekolah dasar sebanyak 21 orang (8%). Program studi ilmu komunikasi dan pendidikan teknologi informasi masing-masing berjumlah 17 orang (6%), sedangkan program studi pendidikan pancasila dan kewarganegaraan berjumlah 16 orang (6%). Selain itu, sejumlah program studi lain hanya menyumbang sebagian kecil responden, menunjukkan distribusi partisipasi yang tidak merata di berbagai disiplin ilmu. Terutama, program Peternakan mencatat tingkat partisipasi terendah, hanya dengan satu responden, yang mewakili sekitar 0% dari total sampel. Profil demografis studi ini lebih lanjut menunjukkan bahwa sebagian besar responden terdiri dari mahasiswi yang sebagian besar berdomisili di Kabupaten Sorong.

Di luar jenis kelamin dan lokasi, komposisi peserta juga mencerminkan variasi di berbagai pengelompokan kategori, dengan sebagian besar responden diklasifikasikan ke dalam kategori non-OAP, OAP, dan Labepa. Secara

keseluruhan, pola-pola ini menunjukkan bahwa sampel terkonsentrasi pada segmen demografis dan kategori tertentu, sementara representasi dari program akademik tertentu masih terbatas.

Tabel 8. Hasil Uji Deskriptif Statistik

Variabel	n	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Grit (X1)	253	14	32	22.65	3.282
Dukungan Sosial (X2)	253	26	63	48.15	6.989
Prokrastinasi Akademik (Y)	253	21	71	41.86	9.152
Valid N (<i>listwise</i>)	253				

Berdasarkan tabel di atas, penelitian ini melibatkan total 253 responden ($n = 253$). Berkenaan dengan konstruk grit (X1), peserta menunjukkan skor mulai dari 14 di batas bawah hingga 32 di batas atas, menghasilkan skor rata-rata sebesar 22,65 ($M = 22,65$) dengan standar deviasi sebesar 3,282, yang menunjukkan dispersi yang relatif moderat di sekitar rata-rata. Dalam hal dukungan sosial yang dirasakan (X2), responden mencatat nilai berkisar antara 26 dan 63, dengan kecenderungan sentral berada pada rata-rata 48,15 ($M = 48,15$) dan variabilitas tercermin dalam standar deviasi 6,989, menunjukkan penyebaran yang lebih luas dibandingkan dengan grit. Untuk variabel dependen penundaan akademik (Y), skornya diperluas dari 21 hingga 71, menghasilkan skor rata-rata sebesar 41,86 ($M = 41,86$) dan deviasi standar sebesar 9,152, yang menunjukkan variabilitas terbesar di antara tiga konstruk yang diukur. Secara kolektif, statistik deskriptif ini menguraikan karakteristik distribusi setiap variabel dalam sampel.

Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Uji normalitas penting dilakukan guna memastikan bahwa residual terdistribusi normal, sebab menjadi dasar validitas model regresi linier Nurcahya et al., (2024). Jika residual terbukti normal, model regresi tersebut layak digunakan guna menghasilkan inferensi statistik yang tepat.

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Uji Asumsi	Indeks	p-value	Keterangan
------------	--------	---------	------------

		Sig.(2 tailed)	
Kolmogorov-Smirnov	K-SZ=0.042	0.200	Normal

Pada tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.200 ($p > 0.05$). Dengan demikian, model regresi ini dinyatakan terdistribusi karena memiliki sebaran data yang normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk menilai apakah hubungan antara variabel independen—grit (X1) dan dukungan sosial (X2)—dan variabel dependen, penundaan akademik (Y), mengikuti pola linier. Menetapkan hubungan linier ini sangat penting karena memverifikasi bahwa asosiasi antar variabel dapat dimodelkan dengan tepat menggunakan pendekatan regresi linier berganda. Dengan kata lain, uji ini berfungsi sebagai langkah diagnostik untuk memastikan bahwa perubahan dalam ketekunan dan dukungan sosial berhubungan secara proporsional dengan variasi dalam penundaan akademik, sehingga mengkonfirmasi kesesuaian penerapan kerangka regresi linier untuk menganalisis data.

Tabel 10. Hasil Uji Linear

Variabel	F	Sig	Keterangan
Grit	1.591	0.067	Linear
Dukungan Sosial	1.432	0.074	Linear

Hasil yang disajikan dalam tabel menunjukkan nilai signifikansi pada baris “*Deviation from Linearity*” variabel ketekunan dalam kaitannya dengan penundaan akademik adalah 0.067 ($p > 0.05$), yang menunjukkan bahwa hubungan antara ketekunan dan penundaan akademik dapat dianggap linear dan bukan non-linear. Dengan cara yang serupa, analisis variabel dukungan sosial menghasilkan nilai signifikansi 0.074 ($p > 0.05$), yang semakin menegaskan bahwa hubungannya dengan penundaan akademik juga mengikuti pola linear. Secara keseluruhan, temuan ini menyiratkan bahwa kedua variabel independen memenuhi persyaratan untuk asosiasi linear dengan penundaan akademik, sehingga mendukung kesesuaian penggunaan teknik pemodelan linear dalam analisis selanjutnya.

3. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengidentifikasi apakah terdapat korelasi linier di antara variabel bebas. Keberadaan multikolinearitas bisa

diketahui melalui nilai Tolerance dan VIF. Jika nilai *tolerance* > 10, maka tidak terjadi multikolinieritas. Sama halnya dengan nilai VIF < 10.00, maka tidak terjadi gejala multikolinieritas dalam model regresi.

Tabel 11. Hasil Uji Multikolinieritas

Variabel Bebas	Tolerance	VIF
Grit	0.855	1.169
Dukungan Sosial	0.855	1.169

Berdasarkan hasil penilaian multikolinearitas yang disajikan di atas, nilai toleransi dilaporkan sebesar 0.855 ($p > 0.05$), sedangkan *Variance Inflation Factor* (VIF) tercatat sebesar 1.169, yang jauh di bawah ambang batas yang umum diterima yaitu 10.00. Jika diinterpretasikan berdasarkan aturan keputusan standar yang digunakan dalam diagnostik multikolinearitas, indikator-indikator ini secara kolektif menunjukkan bahwa variabel independen dalam model regresi tidak menunjukkan interkorelasi yang berarti yang dapat mengganggu proses estimasi. Dengan kata lain, variabel penjelas tampaknya mempertahankan tingkat independensi yang dapat diterima satu sama lain, memastikan bahwa estimasi parameter tetap stabil dan dapat diandalkan. Oleh karena itu, berdasarkan hasil diagnostik ini, model regresi yang digunakan dalam penelitian ini dapat diklasifikasikan dengan yakin sebagai bebas dari masalah multikolinearitas. ini dinyatakan bebas dari gejala multikolienaritas.

4. Uji Heteroskedastisitas

Model regresi yang ideal adalah yang bersifat homoskedastisitas, yakni varian residualnya tetap atau konstan (Ghozali, 2018). Dalam evaluasi diagnostik praktis, suatu model biasanya dianggap bebas dari heteroskedastisitas ketika residual yang ditampilkan dalam scatterplot tampak tersebar secara acak tanpa menunjukkan pola atau struktur sistematis apa pun. Dalam penelitian ini, keberadaan heteroskedastisitas awalnya dinilai menggunakan uji Glejser sebagai prosedur statistik formal. Ketika nilai signifikansi yang dihasilkan melebihi ambang batas 0.05 hal itu menunjukkan bahwa varians residual secara statistik konstan, sehingga mendukung kesimpulan bahwa model regresi tidak mengalami heteroskedastisitas.

Tabel 12. Hasil Uji Glejser Heteroskedastisitas

Variabel Bebas	B	t	Sig.
----------------	---	---	------

Grit	0.010	0.118	0.906
Dukungan Sosial	0.043	1.114	0.266

Hasil uji Glejser menunjukkan bahwa variabel ketekunan menghasilkan nilai signifikansi 0.906, sedangkan variabel dukungan sosial menghasilkan nilai signifikansi 0.266. Karena kedua nilai tersebut melebihi ambang batas konvensional 0.05 ($p > 0.05$), ini menunjukkan bahwa varians residual tetap konstan di seluruh variabel independen, sehingga model regresi dapat dianggap bebas dari masalah heteroskedastisitas. Untuk lebih memperkuat temuan ini, peneliti juga menggunakan visualisasi *scatterplot* untuk memeriksa pola penyebaran residual, memberikan konfirmasi grafis tentang tidak adanya varians sistematis dalam suku kesalahan.

Gambar 2.

Scatterplot uji heteroskedastisitas

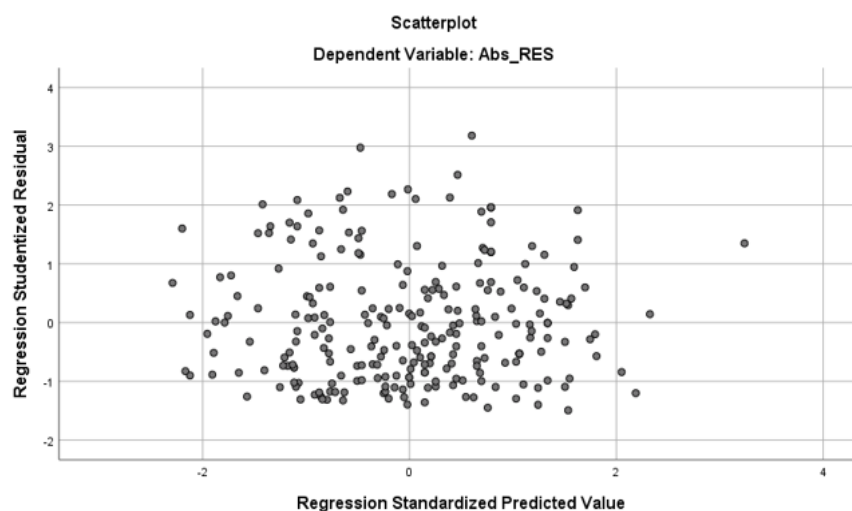


Diagram sebaran yang disajikan di atas menunjukkan bahwa residual tersebar secara acak tanpa membentuk struktur atau pola sistematis yang dapat dikenali. Distribusi seperti itu menunjukkan bahwa varians dari suku kesalahan tetap konstan di seluruh pengamatan, yang menyiratkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini tidak mengalami heteroskedastisitas.

Secara keseluruhan, hasil diagnostik asumsi klasik—termasuk uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas—menunjukkan bahwa dataset memenuhi persyaratan mendasar dari analisis regresi linier.

berganda. Secara khusus, residual mengikuti distribusi yang mendekati normal, hubungan antar variabel cukup linier, tidak ada bukti multikolinearitas di antara prediktor, dan model bebas dari masalah heteroskedastisitas. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa model regresi secara statistik tepat dan dapat diandalkan untuk pengujian hipotesis selanjutnya dalam lingkup penelitian ini.

Uji Hipotesis

Setelah semua uji asumsi klasik terpenuhi dengan memuaskan, model regresi yang dihasilkan dapat dianggap andal secara statistik dan sesuai untuk analisis lebih lanjut. Dalam penelitian ini, evaluasi hipotesis dilakukan melalui analisis regresi linier berganda, suatu teknik yang dirancang untuk menilai pengaruh dua atau lebih variabel independen (X) terhadap satu variabel dependen (Y). Dalam kerangka regresi berganda, interpretasi hasil melibatkan beberapa komponen kunci, termasuk uji F, yang mengevaluasi signifikansi gabungan atau simultan dari semua prediktor, uji t, yang memeriksa efek individual atau parsial dari setiap variabel independen, dan koefisien determinasi (R^2), yang menunjukkan seberapa baik model menjelaskan variasi dalam variabel dependen (Ghozali, 2021).

Tabel 13. Hasil Uji F

	F	R	R Square	P-value	Sig	Keterangan
Regresi	101.281	0.669	44.8	<0.05	0.000	Berpengaruh signifikan secara simultan

Uji F digunakan untuk mengevaluasi apakah variabel independen secara kolektif memberikan pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap variabel dependen. Berdasarkan output regresi yang disajikan dalam tabel di atas, analisis menghasilkan statistik F sebesar 101.281 disertai dengan tingkat signifikansi 0.000 ($p < 0,05$), yang menegaskan bahwa grit (X1) dan dukungan sosial (X2), jika dipertimbangkan bersama, memiliki dampak simultan yang signifikan terhadap penundaan akademik (Y). Selain itu, koefisien korelasi (R) sebesar 0,669 mencerminkan hubungan yang kuat antara serangkaian variabel independen dan variabel dependen. Sementara itu, koefisien determinasi (R^2) sebesar 44.8% menunjukkan bahwa hampir setengah dari varians dalam penundaan akademik dapat dijelaskan oleh ketekunan dan dukungan sosial,

sedangkan sisanya 55.2% disebabkan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model.

Selanjutnya, uji signifikansi parsial dilakukan untuk menilai kontribusi individual dari setiap variabel independen dalam menjelaskan variasi pada variabel dependen.

Tabel 14. Hasil Uji T

	T	B	P-value	Sig	Keterangan
Grit (X1)	-10.233	-0.520	<0.05	0.000	Berpengaruh signifikan
Dukungan Sosial (X2)	-5.253	-0.267	<0.05	0.000	Berpengaruh signifikan

Hasil analisis uji-t menunjukkan bahwa variabel ketekunan menghasilkan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), yang menunjukkan pengaruh signifikan secara statistik terhadap penundaan akademik. Koefisien regresi sebesar -0.520 lebih lanjut menunjukkan hubungan terbalik antara kedua variabel tersebut, artinya individu dengan tingkat ketekunan yang lebih tinggi cenderung menunjukkan kecenderungan yang lebih rendah terhadap penundaan akademik.

Demikian pula, variabel dukungan sosial juga menghasilkan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), yang juga mengkonfirmasi pengaruh signifikannya terhadap penundaan akademik. Koefisien regresi sebesar -0.267 mencerminkan hubungan negatif, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dirasakan lebih besar dikaitkan dengan penurunan tingkat penundaan akademik. Dengan kata lain, seiring dengan meningkatnya dukungan sosial yang diterima individu, kemungkinan mereka untuk melakukan penundaan akademik akan menurun.

Adapun model persamaan analisis uji regresi linier berganda yang diperoleh adalah:

Dari model regresi linier berganda yang disajikan di atas, interpretasi baik intersep maupun koefisien regresi individual untuk setiap prediktor dapat dijelaskan secara berikut:

Konstanta (a) memiliki nilai positif 91.558. Hal ini menunjukkan bahwa ketika variabel Grit (X1) dan Dukungan Sosial (X2) bernilai nol atau tidak berubah, ukuran prokrastinasi akademik (Y) berada pada nilai 91.558. Koefisien regresi untuk variabel Grit (X1) adalah -0.520. Hal ini

menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu unit pada variabel Grit mengurangi prokrastinasi akademik sebesar 0.520, dengan asumsi variabel lain tetap konstan. Tanda negatif menunjukkan adanya hubungan terbalik antara Grit dan prokrastinasi akademik.

Koefisien regresi untuk variabel Dukungan Sosial (X2) adalah -0.267. Ini berarti bahwa setiap peningkatan satu unit pada dukungan sosial mengurangi prokrastinasi akademik sebesar 0.267, dengan asumsi variabel lain tetap konstan. Tanda negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik.

Tabel 15. Sumbangan Efektif Antar Variabel

Variabel	Betax	Sig	rx_{xy}	SE_{xi}
Grit (X1)	-0.520	0.000	-0.622	32.34%
Dukungan Sosial (X2)	-0.267	0.000	-0.465	12.41%

Berdasarkan hasil perhitungan, didapatkan bahwa sumbangan efektif (SE) variabel grit (X1) terhadap prokrastinasi akademik (Y) sebesar 32.34%, sementara variabel dukungan sosial (X2) terhadap prokrastinasi akademik (Y) sebesar 12.41%. Dalam hal ini, variabel grit (X1) memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap variabel prokrastinasi akademik (Y) dibandingkan variabel dukungan sosial (X2).

Kategorisasi

Tujuan dari dilakukannya pengkategorisasian ini adalah untuk memberikan gambaran umum tentang kecenderungan jawaban responden terhadap variabel grit, dukungan sosial, dan prokrastinasi akademik. Penetapan kategori skor dilakukan dengan metode kategori hipotetik, yaitu berdasarkan nilai minimum dan maksimum teoretis dari skala. Nilai rata-rata hipotetik (M) dan deviasi standar hipotetik (SD) dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Mean Hipotetik (M)} = (\text{Skor Maksimum Teoretis} + \text{Skor Minimum Teoretis}) / 2$$

$$\text{Standar Deviasi (SD)} = (\text{Skor Maksimum Teoretis} - \text{Skor Minimum Teoretis}) / 6$$

Batas kategori yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak tiga kategori, di antaranya adalah “Rendah”, “Sedang, dan ”Tinggi” yang kemudian didefinisikan

berdasarkan nilai M dan SD (Azwar, 2019). Norma kategorisasi dibuat sebagaimana pada tabel berikut.

Tabel 16. Skor Empirik dan Hipotetik

Var	Jumlah Aitem	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		MIn	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
X1	8	12	32	22.65	3.282	8	32	20	4
X2	16	26	63	48.15	6.989	16	64	40	8
Y	19	21	21	41.86	9.152	19	76	47.5	9.5

Keterangan

Y : Prokrastinasi Akademik

X1 : Grit

X2 : Dukungan Sosial

Skor Empirik

X max (skor maksimal) : Skor tertinggi yang diperoleh subjek

X min (skor minimal) : Skor terendah yang diperoleh subjek

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standar deviasi

Skor hipotetik

X max (skor maksimal) : Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban

X min (skor minimal) : Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dengan pembobotan pilihan jawaban

Mean : $\frac{\text{Skor maksimal} + \text{skor minimal}}{2}$

SD : $\frac{\text{Skor maksimal} - \text{skor minimal}}{6}$

Tabel 17. Norma Kategorisasi Hipotetik

Norma	Kategori
$X < (M - 1 \text{ SD})$	Rendah
$(M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD})$	Sedang
$X \geq (M + 1 \text{ SD})$	Tinggi

Keterangan:

X : Skor Mentah

M : Mean

SD : Standar Deviasi

Tabel 18. Kategorisasi Grit

Rentang Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
8-16	Rendah	4	1.6%
16-24	Sedang	158	62.5%
24-32	Tinggi	91	36%
Total		253	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi, sebagian besar responden berada pada kategori sedang dengan jumlah responden 158 orang (62.5%). Kemudian disusul kategori tinggi sebanyak 91 orang (36%) dan hanya sebagian kecil berada pada kategori rendah yaitu, 4 orang (1.6%). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum kemampuan responden dalam mempertahankan usaha dan konsistensi mencapai tujuan cenderung berada pada tingkat sedang yang berarti mereka cukup mampu bertahan dalam menghadapi tantangan, meskipun belum dominan pada tingkat yang sangat tinggi.

Tabel 19. Kategorisasi Dukungan Sosial

Rentang Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
16-32	Rendah	1	0.4%
32-48	Sedang	119	47.0%
48-76	Tinggi	133	52.6%
Total		253	100%

Mayoritas responden berada pada kategori tinggi yaitu 133 orang (52.6%). Kemudian diikuti kategori sedang sebanyak 47.0% dan hanya sebagian kecil berada pada kategori rendah yaitu 0.4%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dimiliki responden cenderung tinggi. Dengan kata lain, mayoritas responden merasa mendapatkan dukungan yang cukup dari lingkungan sekitar seperti keluarga, teman maupun orang terdekat, sehingga dapat membantu mereka dalam menghadapi berbagai situasi atau tekanan.

Tabel 20. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

Rentang Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
19-38	Rendah	78	30.8%
38-57	Sedang	165	65.2%
57-71	Tinggi	10	4%
Total		253	100%

Tingkat prokrastinasi akademik pada responden cenderung berada pada kategori sedang dengan presentasi (65.2%) berjumlah 165 orang. Selanjutnya

diikuti kategori rendah sebesar (30.8%) sebanyak 78 orang dan hanya sebagian kecil berada pada kategori tinggi yaitu, 10 orang (4%). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum kecenderungan menunda tugas akademik pada responden berada pada tingkat yang cukup atau sedang. Artinya, sebagian besar responden sesekali melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, namun belum mencapai tingkat tinggi yang berpotensi mengganggu aktivitas akademik secara signifikan.

Uji Tambahan

Penelitian ini juga melakukan analisis tambahan uji beda terkait perbedaan antara karakteristik data demografi responden yang meliputi jenis kelamin dengan variabel utama yang diteliti yaitu, prokrastinasi akademik. Selanjutnya, untuk menguji hubungan antara masing-masing variabel demografi dengan prokrastinasi akademik. Nilai F dan Sig yang ditampilkan merupakan hasil nilai statistik pengujian, dan berdasarkan besaran angka yang diperoleh (sangat kecil) serta derajat bebas yang sesuai.

Tabel 21. Analisis Varians Data Demografi

Data Demografi	F	Sig
Domisili	0.128	0.293
Jenis Kelamin	0.974	0.030
Status	2.521	0.082
Prodi	1.418	0.104

Berdasarkan hasil uji tambahan analisis varians data demografi, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel domisili, status dan program studi karena seluruh nilai signifikansi menunjukkan angka ($p > 0.05$). Sedangkan, terdapat perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin dengan nilai signifikansi sebesar 0.030 ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik berbeda antara kelompok mahasiswa berdasarkan jenis kelamin.

DISKUSI

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa hipotesis penelitian yang diajukan didukung. Hasil regresi linier berganda menghasilkan tingkat signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), yang menunjukkan bahwa ketekunan dan dukungan sosial, jika dipertimbangkan bersama, memberikan pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap penundaan akademik di kalangan mahasiswa tingkat akhir. Selain itu, koefisien determinasi (R^2) dihitung sebesar 0.448, yang menunjukkan bahwa ketekunan dan dukungan sosial secara bersama-sama menjelaskan 44.8% variasi dalam penundaan akademik. Sisanya sebesar 55.2% dari varians tersebut disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam lingkup penelitian ini.

Temuan menunjukkan bahwa penundaan akademik di kalangan mahasiswa tingkat akhir bukanlah perilaku sederhana atau terisolasi, melainkan masalah multifaset yang muncul dari interaksi dinamis antara kondisi psikologis internal dan tekanan lingkungan eksternal. Dengan kata lain, kecenderungan untuk menunda tugas akademik tampaknya dibentuk secara bersamaan oleh faktor-faktor pribadi seperti motivasi, pengaturan diri, keadaan emosional, dan penilaian kognitif, di samping pengaruh situasional yang berasal dari harapan sosial, beban kerja akademik, dan tuntutan institusional. Interpretasi ini selaras dengan dan memperluas kerangka kerja yang diusulkan oleh Ferrari et al., (1995) yang menekankan bahwa perilaku menunda-nunda terkait erat dengan disposisi psikologis individu dan tekanan kontekstual dalam lingkungan sosial dan akademik Yunanto et al. (2024). Dengan demikian, bukti menunjukkan bahwa penundaan harus dipahami sebagai respons perilaku yang kompleks daripada kelemahan individu semata, karena terus diperkuat melalui interaksi antara mekanisme penanggulangan internal mahasiswa dan tuntutan eksternal yang mereka hadapi dalam lingkungan akademik mereka. Mengingat penyusunan skripsi merupakan proses jangka panjang yang memerlukan persistensi tinggi, peran grit sebagai kekuatan internal atau psikologis berupa (kepribadian, ketakutan evaluasi, stres, dan konteks tugas/lingkungan sosial-akademik) Jin et al., (2019) dukungan sosial sebagai penguat eksternal menjadi penting dalam meminimalisir perilaku prokrastinasi Nada et al., (2024).

Berdasarkan hasil analisis parsial yang diperoleh, konstruk ketekunan (grit) menunjukkan hubungan terbalik yang signifikan secara statistik dengan perilaku

penundaan akademik siswa. Hal ini dibuktikan dengan tingkat signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) bersamaan dengan koefisien regresi negatif sebesar -1.450, yang menunjukkan bahwa tingkat ketekunan yang lebih tinggi secara sistematis dikaitkan dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda tugas akademik. Dengan kata lain, seiring siswa menunjukkan ketekunan yang lebih kuat, kecenderungan mereka untuk melakukan penundaan menurun secara proporsional. Pola empiris ini selaras dengan formulasi teoritis yang diajukan oleh Duckworth et al. (2007) yang mengkonseptualisasikan ketekunan sebagai disposisi psikologis yang dicirikan oleh minat yang berkelanjutan dan upaya gigih yang diarahkan pada tujuan jangka panjang. Dalam konteks menyelesaikan tugas akademik akhir, individu yang memiliki ketekunan yang tinggi umumnya lebih mampu mempertahankan konsentrasi dan bertahan dalam siklus revisi, penggabungan umpan balik, dan penyempurnaan tugas yang berulang, bahkan ketika dihadapkan dengan kesulitan akademik atau kelelahan (Alhadabi & Karpinski, 2020). Temuan ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Maghfiroh dan Akbar, (2021) yang juga melaporkan efek negatif yang signifikan dari ketekunan terhadap penundaan akademik di kalangan siswa SMP. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat ketekunan yang lebih tinggi cenderung menunjukkan konsistensi yang lebih besar dalam mengejar tujuan dan kegigihan yang lebih kuat, yang secara kolektif berfungsi sebagai faktor pelindung yang mengurangi perilaku penghindaran dan meminimalkan penundaan dalam menyelesaikan kewajiban akademik.

Temuan ini selaras dengan studi Anggerahma dan Suryadi, (2025) yang melaporkan hubungan terbalik yang jelas dan signifikan secara statistik antara ketekunan dan penundaan akademik di kalangan mahasiswa. Penelitian mereka menunjukkan bahwa individu yang secara konsisten menunjukkan ketekunan dan upaya berkelanjutan menuju tujuan jangka panjang cenderung tidak menunda tugas akademik. Bukti serupa disajikan oleh Yunanto et al. (2024) penelitiannya memperkuat gagasan bahwa ketekunan berfungsi sebagai faktor pelindung penting dalam meminimalkan perilaku penundaan, khususnya di kalangan mahasiswa yang mengerjakan proyek akademik akhir atau penyelesaian tesis. Selain itu, penelitian Attia dan Abdelwahid (2020) lebih lanjut mendukung perspektif ini dengan mengidentifikasi ketekunan sebagai variabel prediktif yang kuat, menekankan bahwa tingkat ketahanan psikologis dan motivasi berkelanjutan

yang lebih tinggi dikaitkan dengan berkurangnya kemungkinan penundaan akademik. Secara kolektif, studi-studi ini mengarah pada kesimpulan bahwa ketekunan berfungsi sebagai penentu penting dalam mengatur kecenderungan mahasiswa untuk menunda tanggung jawab akademik.

Dari sudut pandang teoretis, mahasiswa yang menunjukkan tingkat ketekunan yang tinggi umumnya lebih mampu mengatur rasa frustrasi dan mempertahankan upaya ketika dihadapkan dengan tantangan akademis yang berat. Dalam kasus seperti itu, mereka mampu terus maju melalui tugas-tugas yang membutuhkan keterlibatan yang lama, termasuk penulisan tesis, bahkan ketika prosesnya melampaui ekspektasi awal, tanpa penurunan motivasi yang signifikan Michelle et al., (2025). Temuan ini didukung oleh penelitian Yenita (2026) yang menunjukkan bahwa individu yang dicirikan oleh ketekunan yang kuat biasanya menunjukkan kegigihan yang berkelanjutan, orientasi tujuan yang terdefinisi dengan baik dan stabil, serta kapasitas pengaturan diri yang efektif ketika menanggapi tekanan akademis dan tuntutan beban kerja. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat ketekunan yang lebih rendah lebih rentan mengalami kelelahan mental dan berkurangnya arah, kondisi yang dapat melemahkan kemampuan mereka untuk mempertahankan upaya yang konsisten dan akibatnya meningkatkan kerentanan mereka terhadap penundaan akademis. (Cinar-Tanriverdi & Celik, 2023). demikian, grit berfungsi sebagai kekuatan internal yang membantu mahasiswa tetap konsisten dalam menyelesaikan tugas akademik jangka panjang.

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa grit berfungsi sebagai kekuatan internal yang sangat krusial dalam menekan prokrastinasi akademik mahasiswa dengan tingkat ketekunan dan konsistensi tujuan yang tinggi, sehingga mampu meminimalisasi kecenderungan menunda dan tetap konsisten menyelesaikan tugas akademik jangka panjang mereka.

Selain peran ketekunan, analisis regresi lebih lanjut menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh negatif yang signifikan secara statistik terhadap penundaan akademik, seperti yang ditunjukkan oleh nilai p sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dan koefisien regresi sebesar 0.350. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang dirasakan lebih tinggi di antara mahasiswa secara sistematis dikaitkan dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda tugas akademik, khususnya dalam konteks penyelesaian tugas. Temuan ini

konsisten dengan kerangka teoritis yang diusulkan oleh Sarafino dan Smith (2011) yang mengkonseptualisasikan dukungan sosial sebagai konstruk multidimensional yang mencakup dimensi emosional, informasional, penilaian, dan instrumental.

Dalam tuntutan khusus pekerjaan akademik tahun terakhir, dukungan yang berasal dari anggota keluarga, teman sebaya, dan lingkungan akademik yang lebih luas berfungsi sebagai mekanisme penyangga penting yang mengurangi tekanan psikologis selama proses penulisan tesis (Sari & Kusumaningrum, 2022). Dukungan emosional berkontribusi pada stabilitas afektif dan pengaturan stres, dukungan informasional membantu mahasiswa mengatasi tantangan metodologis dan teknis dalam penelitian, sementara dukungan penilaian atau penghargaan memperkuat efikasi diri akademik mahasiswa dan kepercayaan diri dalam mengelola tugas-tugas kompleks (Sari & Fakhruddiana, 2019). Melengkapi temuan ini, bukti empiris dari Subhan et al., (2025). menyoroti bahwa dukungan berbasis teman sebaya secara signifikan mengurangi perilaku menunda-nunda dalam penyelesaian tesis. Demikian pula Safitri et al., (2015) melaporkan bahwa dukungan sosial yang berkelanjutan meningkatkan motivasi dan ketekunan mahasiswa, sehingga mengurangi kecenderungan penundaan akademik di kalangan mahasiswa tahun terakhir. Secara kolektif, studi-studi ini menempatkan dukungan sosial sebagai faktor pelindung eksternal yang penting yang memperkuat keterlibatan mahasiswa dalam tanggung jawab akademik sekaligus mengurangi perilaku penundaan akademik.

Pengamatan empiris ini sejalan dengan sejumlah besar penelitian sebelumnya yang secara konsisten menggarisbawahi peran dukungan sosial sebagai faktor penstabil dan berpengaruh dalam perilaku akademik. Hasil penelitian Madjid et al. (2021) menekankan bahwa dukungan keluarga dan dukungan yang tertanam dalam lingkungan pendidikan memainkan peran penting dalam mengurangi kecenderungan siswa untuk menunda-nunda pekerjaan akademik. Melengkapi hal ini, Safitri et al. (2015) menunjukkan bahwa keberadaan dan aksesibilitas jaringan sosial yang suportif sangat terkait dengan pengembangan perilaku belajar yang lebih disiplin, terstruktur, dan berorientasi positif di kalangan pelajar. Dalam konteks yang sama pada studi Isna Syahrina dan Muarifah (2023) secara khusus menyoroti dukungan berbasis teman sebaya sebagai elemen penyangga yang signifikan yang membantu mengurangi kecenderungan menunda-nunda dalam konteks akademik. Secara keseluruhan,

studi-studi ini mengarah pada implikasi bahwa sistem dukungan sosial yang lebih kuat dan konsisten dikaitkan dengan kemungkinan yang lebih rendah bagi siswa untuk terlibat dalam perilaku penundaan akademik. Pada intinya, dukungan sosial berfungsi sebagai mekanisme perlindungan eksternal yang membantu mengatur fungsi akademik dengan memperkuat motivasi dan mengurangi kecenderungan penghindaran, terutama ketika mencakup dimensi emosional, informasional, instrumental, dan evaluatif yang secara kolektif berkontribusi pada keseimbangan psikologis dan penyelesaian tugas yang berkelanjutan dalam lingkungan akademik.

Dapat disimpulkan, keberadaan dukungan sosial pada dasarnya berfungsi sebagai faktor protektif eksternal yang sangat penting dalam menurunkan prokrastinasi akademik. Kontribusi aspek emosional, informasi, penghargaan dan juga instrumentak yang kokoh secara nyata mampu menjaga stabilitas psikologis serta motivasi mahasiswa untuk tetap konsisten menyelesaikan tanggung jawan tugas akhir.

kategorisasi deskriptif data yang dikumpulkan memberikan wawasan tambahan tentang pola distribusi variabel-variabel kunci. Mayoritas responden berada dalam kategori ketekunan sedang, terdiri dari 158 individu (62,5%), diikuti oleh mereka yang berada dalam kategori tinggi dengan 91 responden (36%), sementara hanya sebagian kecil yang termasuk dalam kategori rendah dengan 4 responden (1,6%). Pola distribusi yang serupa diamati untuk dukungan sosial, di mana sebagian besar peserta dikategorikan sebagai tinggi (133 responden, 52,6%), diikuti oleh kategori sedang (47,0%), dan hanya sebagian kecil yang berada dalam kategori rendah (0,4%). Sementara itu, penundaan akademik sebagian besar ditemukan pada tingkat moderat, dengan 165 responden (65,2%), di mana 78 responden (30,8%) dikategorikan rendah dan sebagian kecil dari 10 responden (4%) diklasifikasikan sebagai tinggi. Secara keseluruhan, kategorisasi ini menunjukkan bahwa sampel sebagian besar terkonsentrasi pada kisaran moderat di semua variabel yang diperiksa, menunjukkan bahwa penundaan akademik tidak dapat dijelaskan secara memadai hanya oleh ketekunan dan dukungan sosial. Sebaliknya, tampaknya muncul dari interaksi penentu yang lebih kompleks. Seperti yang dikemukakan Svartdal et al., (2020) penundaan dalam konteks akademik dibentuk tidak hanya oleh disposisi individu tetapi juga oleh kondisi situasional dan lingkungan seperti otonomi yang berlebihan dalam tugas

belajar, tenggat waktu yang diperpanjang, gangguan, sistem umpan balik pengaturan diri yang tidak memadai, pelatihan keterampilan belajar yang terbatas, dan pengaruh terkait teman sebaya. Perspektif ini sejalan Huang et al (2025) yang lebih lanjut menekankan bahwa penundaan akademik harus dipahami sebagai fenomena multifaset yang tertanam dalam beragam proses psikologis dan lingkungan pembelajaran yang heterogen.

Berdasarkan data demografis, hasil uji tambahan menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara domisili, status dan program studi pada prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa lokasi tempat tinggal responden, baik di Kabupaten Sorong maupun Kota Sorong, bukan merupakan faktor pembeda utama dalam kecenderungan prokrastinasi akademik (Salihu & Abdulkareem, 2024). Penelitian lain pada 450 mahasiswa Italia, laki-laki lebih banyak menunda tugas karena manajemen waktu dan strategi metakognitif yang lebih buruk, walaupun dalam studi ini yang mengalami prokrastinasi akademik didominasi oleh perempuan (Limone et al., 2020). Studi pada mahasiswa psikologi dan pendidikan di Filipina melaporkan tidak ada hubungan signifikan antara profil demografis (beberapa karakteristik latar belakang) dengan prokrastinasi dan grit; keduanya lebih dipengaruhi faktor psikologis seperti motivasi, kebiasaan, dan manajemen waktu (Quicho et al., 2025).

Berdasarkan hasil uji perbedaan tambahan, semua nilai signifikansi yang diamati melebihi ambang batas 0.05, dengan domisili tercatat sebesar 0.721, jenis kelamin sebesar 0.324, status sebesar 0.082, dan program studi sebesar 1.418 ($p > 0.05$). Temuan ini secara kolektif menunjukkan bahwa penundaan akademik tidak bervariasi secara signifikan di berbagai kategori demografis seperti tempat tinggal, jenis kelamin, status mahasiswa, atau bidang studi, yang menunjukkan tingkat penundaan yang relatif konsisten di antara kelompok-kelompok ini.

Beberapa keterbatasan perlu diakui dalam penelitian ini. Pertama, sampel terbatas pada mahasiswa tahun terakhir dari satu universitas, yang membatasi sejauh mana temuan dapat digeneralisasikan ke populasi mahasiswa yang lebih luas. Kedua, ketergantungan pada kuesioner yang dilaporkan sendiri dapat menimbulkan bias subjektif, karena tanggapan dipengaruhi oleh persepsi pribadi dan kejujuran peserta. Ketiga, kekuatan prediktif gabungan dari ketekunan dan dukungan sosial hanya menjelaskan 44.8% dari varians dalam penundaan akademik, yang menyiratkan bahwa sebagian besar faktor yang memengaruhi

masih belum menjelaskan. Selain itu, instrumen penelitian menghadapi masalah dalam pengacakan item, karena beberapa item harus dikeluarkan setelah pengujian validitas, yang mungkin memengaruhi konsistensi pengukuran.

Mengingat kendala-kendala ini, penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk memperluas kerangka pengambilan sampel dengan memasukkan mahasiswa dari berbagai universitas untuk meningkatkan validitas eksternal. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat memasukkan variabel psikologis dan akademik tambahan seperti pengaturan diri, keterampilan manajemen waktu, motivasi pencapaian, kecenderungan perfeksionisme, dan kecemasan akademik. Memperluas jangkauan faktor-faktor yang berkontribusi dengan cara ini akan membantu mengembangkan pemahaman yang lebih komprehensif dan bernuansa tentang penentu penundaan akademik di kalangan mahasiswa tahun terakhir.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ketekunan dan dukungan sosial, jika dipertimbangkan bersama, memberikan pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap penundaan akademik mahasiswa, seperti yang ditunjukkan oleh nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). Secara parsial, ketekunan menunjukkan hubungan terbalik yang signifikan dengan penundaan akademik, artinya mahasiswa yang memiliki tingkat ketekunan yang lebih tinggi cenderung menunjukkan kecenderungan yang lebih rendah untuk menunda tugas akademik. Demikian pula, dukungan sosial juga ditemukan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan penundaan akademik, menunjukkan bahwa dukungan yang dirasakan lebih kuat dari lingkungan sosial seseorang terkait dengan berkurangnya perilaku menunda-nunda dalam lingkungan akademik.

Koefisien korelasi ($R = 0.669$) mencerminkan hubungan yang kuat antara variabel independen gabungan dan penundaan akademik, sedangkan koefisien determinasi ($R^2 = 44.8\%$) menunjukkan bahwa ketekunan dan dukungan sosial bersama-sama menjelaskan hampir setengah dari varians dalam penundaan akademik, dengan proporsi yang tersisa dijelaskan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Dalam hal kontribusi efektif, ketekunan muncul sebagai prediktor yang lebih dominan, berkontribusi sebesar 32.34%, sedangkan dukungan sosial berkontribusi sebesar 12.41%.

Secara keseluruhan, responden dalam penelitian ini dicirikan oleh tingkat ketekunan dan penundaan akademik yang moderat, di samping tingkat dukungan sosial yang dirasakan relatif tinggi. Analisis komparatif tambahan lebih lanjut mengungkapkan bahwa penundaan akademik tidak berbeda secara signifikan di berbagai faktor demografis seperti domisili, jenis kelamin, status pekerjaan, atau bidang studi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Kholil Gibran. (2024). *Pengaruh self-control terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Alhadabi, A., & Karpinski, A. C. (2020). Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 519–535. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1679202>
- Anggerahma, S., & Suryadi, D. (2025). *Peran Grit terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta di Jakarta*. 5(1), 306–320.
- Attia, N. M., & Abdelwahid, A. E. A. (2020). Grit , Self-Regulation and Self-Efficacy as Predictors of Academic Procrastination among Nursing Students. *International Journal of Nursing Education*, 12(March), 130–135. <https://doi.org/10.5958/0974-9357.2020.00029.X>
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi (2/3)*. Pustaka Pelajar.
- Baulke, L., Eckerlein, N., & Dresel, M. (2018). Interrelations between motivational regulation, procrastination and college dropout intentions. *Unterrichtswissenschaft*, 46(4), 461–479. <https://doi.org/10.1007/s42010-018-0029-5>
- Bina Inayatu Maulana. (2020). *Hubungan Antara Grit Dan Academic Burnout Pada Mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination (Revised/ 2)*. Da Capo Lifelong Books / Hachette Books.
- Cahyono, T. (2020). *Dampak Negatif Academic Procrastination terhadap Rendahnya Tingkat Kelulusan Mahasiswa Universitas Borneo Tarakan*. 3(2), 135–144.

- Calo, M., Judd, B., Chipchase, L., Blackstock, F., & Peiris, C. L. (2022). Grit, Resilience, Mindset, and Academic Success in Physical Therapist Students: A Cross-Sectional, Multicenter Study. *Physical Therapy*, 102(6), 1–10. <https://doi.org/10.1093/ptj/pzac038>
- Chen, X., Wu, M., Dong, G., Cui, L., Qu, B., & Zhu, Y. (2025). *Social support and academic procrastination in health professions students : the serial mediating effect of intrinsic learning motivation and academic self - efficacy*. 77, 1143–1160. <https://doi.org/10.1007/s10459-024-10394-4>
- Cinar-Tanriverdi, E., & Celik, A. K. (2023). Psychological need satisfaction and academic stress in college students: mediator role of grit and academic self-efficacy. *European Journal of Psychology of Education*, 38, 131–160. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10212-022-00658-1>
- Clara Felicia, Natalie, Clarissa Chrishella Simanjaya, U. S. (2025). *Pengaruh Grit Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. 11(September).
- Desak Ayu Suryani, B. P. Y. H. (2024). *Ketangguhan Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir: Sebuah Kajian Literatur*. 10(9), 125–132.
- Devi Lestari. (2022). *Hubungan Burnout Dan Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu* (Issue 1807016114). Universitas Islam Negeri Wakisongo Semarang.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101.
- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). Jurnal KOPASTA Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal KOPASTA*, 3(1), 40–45.
- Etikan, I. (2017). Sampling and Sampling Methods. *Biometrics & Biostatistics International Journal*, 5(6), 215–217. <https://doi.org/10.15406/bbij.2017.05.00149>
- Fauzi, A., Nisa, B., Darmawan, N., Fitri, A., & Utama, A. G. S. (2022). *Metodologi*

Penelitian. CV. Pena Persada.

Ferrari, J. ., Johnson, J., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance theory and research*. Plenum Pers.

Huang, S., Li, Z., Li, J., & Ding, X. (2025). A network analysis of academic procrastination , psychological and environmental factors among medical students. *BMC Psychology*. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02916-5>

Jin, H., Wang, W., & Lan, X. (2019). *Peer Attachment and Academic Procrastination in Chinese College Students : A Moderated Mediation Model of Future Time Perspective and Grit*. 10(November), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02645>

Kuftyak, E. (2022). Procrastination, stress and academic performance in students. *VII International Forum on Teacher Education*, 1, 965–974. <https://doi.org/10.3897/ap.5.e0965>

Lembaga Pengembangan Pendidikan, P. dan A. (LP3A). (2022). *Data Status Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sorong Periode 2019-2022*.

Li, M. (2023). *A Study on the Relationship between Social Support and Academic Procrastination among Junior High School Students*. *The Educational Review, USA*, 7(8), 1178–1183. <https://doi.org/10.26855/er.2023.08.025>

Madjid, A., Sutoyo, D. A., & Sadam, F. S. (2021). *Academic Procrastination Among Students: The Influence Of Social Support And Resilience Mediated By Religious Character*. *Cakrawala Pendidikan*, 40(1), 56–69. <https://doi.org/10.21831/cp.v40i1.34641>

Maghfiroh, 1Nikmatul, & Akbar, 2Zaldhi Yusuf. (2021). *Pengaruh Grit Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Mts N 1 Banyumas Dengan Pembelajaran Daring*. 2(1), 39–47.

Michelle Fabrianne & Flaviana Rinta Ferdian. (2025). *Peran Grit Dalam Memprediksi Stres Akademik Mahasiswa Pada Tahap Penyusunan Skripsi*. 14(2), 56–71.

Muhammad Syukur, A. Octamaya Tenri Awaru, M. (2020). *Fenomena*

Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa. 5(4), 374–380.

Muhammadiyah, U., Utara, S., & Akademik, P. (2020). *Konsep prokratinasi akademik mahasiswa*. 6(2), 257–261.

Mustika, C., & Laily, N. (2025). Self-Efficacy dan Grit: Kunci Mengatasi Prokrastinasi dalam Penyusunan Skripsi. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 271–279.

Nada, V., Sujadi, E., & Putra, B. (2024). *Academic Procrastination among College Students : Do Self-Efficacy and Social Support Matter ?* 4(4).

Nurchaya, W. A., Arisanti, N. P., & Hanandhika, A. N. (2024). *2024 Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Penerapan Uji Asumsi Klasik Untuk Mendeteksi Kesalahan Pada Data Sebagai Upaya Menghindari Pelanggaran Pada Asumsi Klasik 2024 Madani : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*. 1(12), 472–481.

Oktavia, S. (2022). *Peran Dukungan Sosial Terhadap Career Decision Making Self-Efficacy Mahasiswa S1 Di Masa Pandemi Self-Efficacy Among Undergraduates Student During Pandemic*. 6(3), 255–267.

Opdenakker, M. (2021). *Need-Supportive and Need-Thwarting Teacher Behavior : Their Importance to Boys ' and Girls ' Academic Engagement and Procrastination Behavior*. 12(March), 1–17.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.628064>

Open Data Jabar. (2023). *Alasan Mahasiswa Drop Out atau Putus Kuliah, Apakah Gara-gara Skripsi Susah*.

Pierpaolo Limone 1, Maria Sinatra 2, F. C. 3 and L. M. 4. (2020). *behavioral sciences Examining Procrastination among University Students through the Lens of the Self-Regulated Learning Model*. 1–10.

Prof.H.Imam Ghozali,M.Com, Ph.D, C. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate* (Edisi 10). Universitas Diponegoro.

Putri Anisahwati. (2016). Pengaruh Perfectionism Dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Tesis Dan Disertasi. *TAZKIYA Journal of Psychology*, 4(1).

Putri Wulandari, & Cut Metia. (2025). Role of Social Support in Academic

- Resilience Among Students At State and Private Universities. *SANGKÉP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan*, 8(2), 353–369. <https://doi.org/10.20414/sangkep.v8i2.14106>
- Quicho, J. D., Lee, M. J. R., & Pardo, T. P. (2025). *Demographic Profile , Procrastination And Academic Grit Of Selected Psychology And Teacher Education Students Of Cavite State University Imus Campus Demographic Profile , Procrastination and Academic Grit of Selected Psychology and Teacher Education Students of Cavite State University Imus Campus*. 1, 27–48. <https://doi.org/10.70838/pemj.330103>
- Rengganis, Y. N., Pendidikan, F. I., Surabaya, U. N., Pendidikan, F. I., & Surabaya, U. N. (n.d.). *Prokrastinasi Akademik (Penundaan Akademik) Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya Academic Procrastination (Conduct Academic Delay) Students Faculty Of Engineering*.
- Rodyah Mulyani Harun. (2021). *Hubungan Antara Grit Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi*.
- Safitri, R. S., Hareni, V., Octarisa, N. S., & Sovitriana, R. (2015). The Influence Of Self-Regulation And Social Support On Academic Procrastination Among Students. *Educate : Journal of Education and Learning*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.61994/educate.v3i2.1127>
- Salihu, N. O., & Abdulkareem, H. B. (2024). Demographic Factors Influencing Academic Procrastination among Postgraduate Students. *Jurnal Pedagogi Dan Pembelajaran*, 7(3), 479–485. <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/jp2.v7i3.75843>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed). John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, A. A., & Kusumaningrum, F. A. (2022). Social support and academic procrastination tendency for students working on thesis, COVID-19 context. *ESPERGESIA: Literary and Research Journal*, 9, 34–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.18050/rev.espergesiaEspergesialiterary> And Research JournalSuggested Citation (APA, 7th edition)Anin Sari, A., & Ayu Kusumaningrum, F. (2022). Social support and academic procrastination

- tendency for students working on thesis, COVID-19 context. *Espergesia*, 9(2), 34-43. <https://doi.org/10.18050/rev.espergesia.v9i2.2327>
- Sari, W. L., & Fakhruddiana, F. (2019). Internal locus of control , social support and academic procrastination among students in completing the thesis. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 8(2), 363–368. <https://doi.org/10.11591/ijere.v8i2.17043>
- Sherlin Pradinata. (2016). Prokrastinasi akademik dan dukungan sosial. *Prokrastnasi Akademik Pada Dan Dukungan Sosial*, 28, 85–95.
- Shinta, D., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(3), 1928–1941. <https://doi.org/10.34007/jehss.v4i3.978>
- Subhan, M., Habibah, S., & Ananda, A. (2025). *The Contribution of Self-Regulated Learning and Peer Social Support to Academic Procrastination in Completing Thesis*. 7(1), 56–72.
- Sugiono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta CV.
- Surawat, R., Kumar, N., & Kumar, S. (2025). Academic Procrastination and Its Impact on the Mental Health of College Students: A Correlation Study. *Mind and Society*, 14(02), 1–7. <https://doi.org/10.56011/mind-mri-142-20251>
- Svartdal, F., Dahl, T. I., Gamst-klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. B. (2020). *How Study Environments Foster Academic Procrastination : Overview and Recommendations*. 11(November), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>
- Syahrina, I. A., & Muarifah, A. (2023). Conscientiousness dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap. *Psyche 165 Journal*, 16(3), 238–243. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i3.281>
- Ugur Akpur. (2020). *International Journal of Educational Methodology The Effect of Procrastination on Academic Achievement : A Meta-Analysis*. 6(4), 681–690. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.4.681>

- Waty, F. L. N. C., & Agustina, M. W. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Prokrastinasi Siswa yang Bermukim di Pesantren Madrasah. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(2), 89–100. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i2.485>
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). *Investigating grit and its relations with college students ' self-regulated learning and academic achievement*. 293–311. <https://doi.org/10.1007/s11409-014-9128-9>
- Yenita¹, M. (2026). *Hubungan Antara Grit Dan Regulasi Diri*. 19(1), 69–79.
- Yunanto, K. T., Indrawati, E., Kristiawan, A., Dini, R., & Nurhadianti, D. (2024). Students ' Academic Procrastination in Writing a Thesis Reviewed from Academic Resilience and Grit. *Proceeding of International Conference on Multidisciplinary Research for Sustainable Innovation*, 1(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31098/icmrsl.v1i.791>
- Yusra, Z., & Sultastri. (2023). Kontribusi Academic Hardiness dan Grit Terhadap Prokrastinasi Akademik. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 8263–8270.
- Zhao, W., Wang, X., Li, J., Li, Q., & Chen, C. (2022). “ *Time is My Own Treasure* ”: *Parental Autonomy Support and Academic Procrastination Among Chinese Adolescents*. *September*, 2773–2782.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent

LEMBAR PERSETUJUAN

INFORMED CONSENT

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh Selamat pagi/siang/malam.

Salam sejahtera bagi kita semua.

Perkenalkan, saya Windi Sari Eka Putri S Maya, mahasiswi Program Studi Psikologi. Saat ini saya sedang melaksanakan penelitian untuk mengetahui gambaran kondisi psikologis mahasiswa tingkat akhir Angkatan 22, khususnya terkait grit, dukungan sosial, dan prokrastinasi akademik dalam proses penyusunan skripsi.

Apabila Anda merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir/skripsi, saya mengharapkan kesediaan Anda untuk berpartisipasi dengan mengisi kuesioner yang tersedia. Dalam kuesioner ini tidak terdapat jawaban benar atau salah. Oleh karena itu, mohon untuk memilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri Anda.

1. Seluruh informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.
2. Identitas responden tidak akan dipublikasikan, dan
3. Anda dapat menuliskan nama lengkap ataupun inisial sesuai dengan kenyamanan Anda.

Mohon membaca petunjuk pengisian dengan teliti agar tidak terjadi kesalahan. Setelah selesai, diharapkan untuk memeriksa kembali jawaban sehingga tidak ada pernyataan yang terlewat.

Partisipasi Anda bersifat sukarela dan tanpa adanya unsur paksaan. Kesediaan Anda dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami kondisi mahasiswa tingkat akhir.

Demikian persetujuan ini dibuat secara sadar dan sukarela untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Terima kasih atas kesediaan Anda.

Hormat saya,

Windi Sari Eka Putri S Maya

Lampiran 2. Skala Prokrastinasi Akademik

Alternatif Pilihan Jawaban

STR : Sangat Tidak Relevan

TR : Tidak Relevan

R : Relevan

SR : Sangat Relevan

NO	PERNYATAAN	STR	TR	R	SR
1	Saya cenderung menunda menyelesaikan revisi yang diberikan dosen				
2	Saya segera menyelesaikan skripsi yang sudah saya mulai				
3	Saya menunda menyelesaikan skripsi karena tidak memiliki bahan referensi				
4	Saya sering mengalami kesulitan dalam memahami materi atau teori yang digunakan dalam skripsi				
5	Saya membutuhkan waktu yang lama dalam menyelesaikan skripsi karena banyak kegiatan yang harus saya kerjakan				
6	Saya tidak konsisten dalam melakukan konsultasi skripsi				
7	Saya butuh waktu yang panjang untuk menyelesaikan skripsi				
8	Saya kesulitan menyelesaikan revisi dengan deadline yang diberikan dosen				
9	Saya tidak bisa menyelesaikan revisi dengan tepat waktu				
10	Saya sering mengatur jadwal untuk menyelesaikan skripsi tetapi selalu gagal				
11	Saya mampu membagi waktu dengan bijak dalam penggunaan gadget ketika mengerjakan skripsi				
12	Ketika mendapat revisi saya tidak langsung mengerjakannya sehingga lupa akan revisi tersebut				
13	Saya hanya berangan menyelesaikan skripsi				
14	Rasa bosan tidak membuat saya bermalas-malasan dalam menyelesaikan skripsi				
15	Saya selalu menunda mengerjakan skripsi karena saya membutuhkan liburan				
16	Saya mengabaikan skripsi karena lebih suka melakukan hobi saya				
17	Saya tetap memilih mengerjakan skripsi walaupun diajak liburan				
18	Saya tetap fokus menyelesaikan skripsi sehingga skripsi cepat selesai				

19	Saya lebih memilih bersenang-senang dibandingkan mengerjakan skripsi				
----	--	--	--	--	--

Lampiran 3. Skala Grit

Alternatif Pilihan Jawaban

STR : Sangat Tidak Relevan

TR : Tidak Relevan

R : Relevan

SR : Sangat Relevan

NO	PERNYATAAN	STR	TR	R	SR
1	Ide dan rancangan baru terkadang mengalihkan perhatian pada rancangan saya yang sebelumnya				
2	Kecenderungan minat saya berganti dari tahun ke tahun				
3	Saya pernah terobsesi dengan suatu ide atau rancangan tertentu untuk waktu yang singkat namun kemudian kehilangan minat				
4	Saya fokus mengerjakan hal yang saya minati dan tekuni				
5	Saya sering menetapkan tujuan tapi kemudian memilih untuk mengejar yang lain				
6	Saya menyelesaikan apapun yang sudah saya mulai				
7	Saya tetap berupaya mencapai tujuan jangka panjang meskipun memerlukan waktu bertahun-tahun				
8	Saya termasuk mahasiswa yang rajin				

Lampiran 4. Skala Dukungan Sosial

Alternatif Pilihan Jawaban

STR : Sangat Tidak Relevan

TR : Tidak Relevan

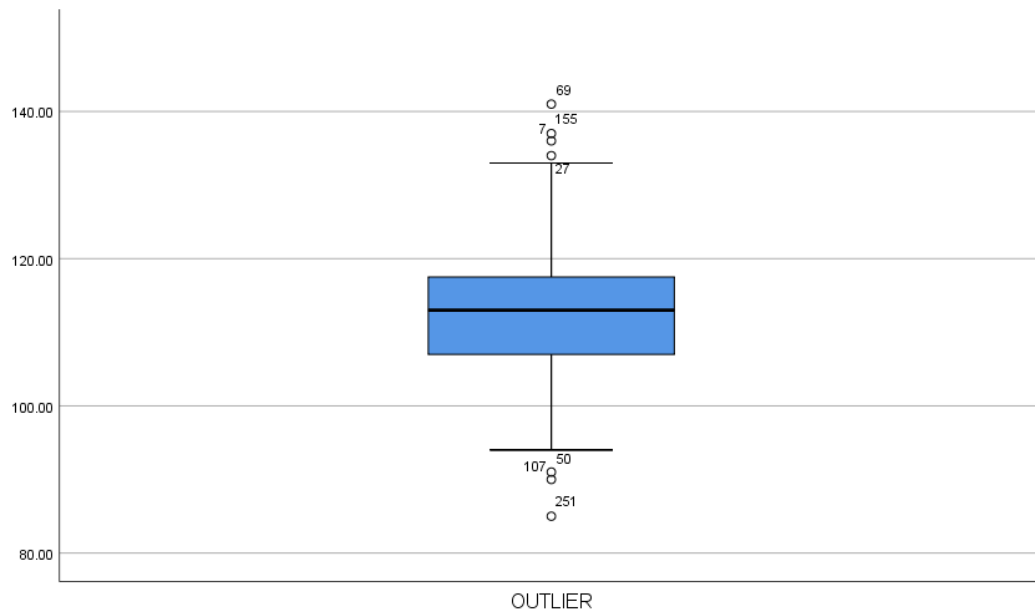
R : Relevan

SR : Sangat Relevan

NO	PERNYATAAN	STR	TR	R	SR
1	Saya mendapatkan perilaku hangat dari orang-orang disekitar				
2	Saya mendapat bantuan finansial dari orang tua				
3	Saya dianggap remeh dan tidak berhasil oleh keluarga				
4	Sahabat saya memuji keberhasilan yang saya hasilkan				
5	Terkadang saya merasa terkekang karena tidak didukung orang di sekitar saya				
6	Orang tua saya mengakui kelebihan yang saya miliki				
7	Orang disekitar menganggap saya orang yang gagal				
8	Orang tua menanyakan keadaan saya ketika terlihat sedih, dan teman bersedia mendengarkan keluh kesah ketika saya mengalami kesulitan				
9	Orang tua saya tidak peduli dengan suasana hati saya				
10	Saya dianggap orang yang berprestasi oleh teman dan keluarga				
11	Orang tua saya selalu mengungkit-ungkit kesalahan saya				
12	Orang tua saya memberi nasehat dan teguran atas kesalahan yang saya lakukan dengan lembut				
13	Teman akan memberikan saran jika dalam masalah				
14	Saya merasa kurang mendapatkan nasehat dan saran-saran dari orang-orang disekitar saya				
15	Teman-teman saya menemani saya pergi ke perpustakaan				
16	Saya menyelesaikan masalah sendiri karena tidak ada yang mau membantu				

Lampiran 5. Hasil Analisis

OUTLIER



Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Grit	253	14.00	32.00	22.6522	3.28258
Dukungan Sosial	253	26.00	63.00	48.1542	6.98950
Prokrastinasi	253	21.00	71.00	41.8696	9.15230
Valid N (listwise)	253				

Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Unstandardized Residual
N	253
Normal Parameters ^{a,b} Mean	.0000000

	Std. Deviation	6.80238293
Most Extreme Differences	Absolute	.042
	Positive	.042
	Negative	-.025
Test Statistic		.042
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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

Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * Grit	Between Groups	(Combined)	9502.713	18	527.928	10.644	.000
		Linearity	8161.016	1	8161.016	164.543	.000
		Deviation from Linearity	1341.697	17	78.923	1.591	.067
	Within Groups		11605.983	234	49.598		
	Total		21108.696	252			

Multikolinearitas

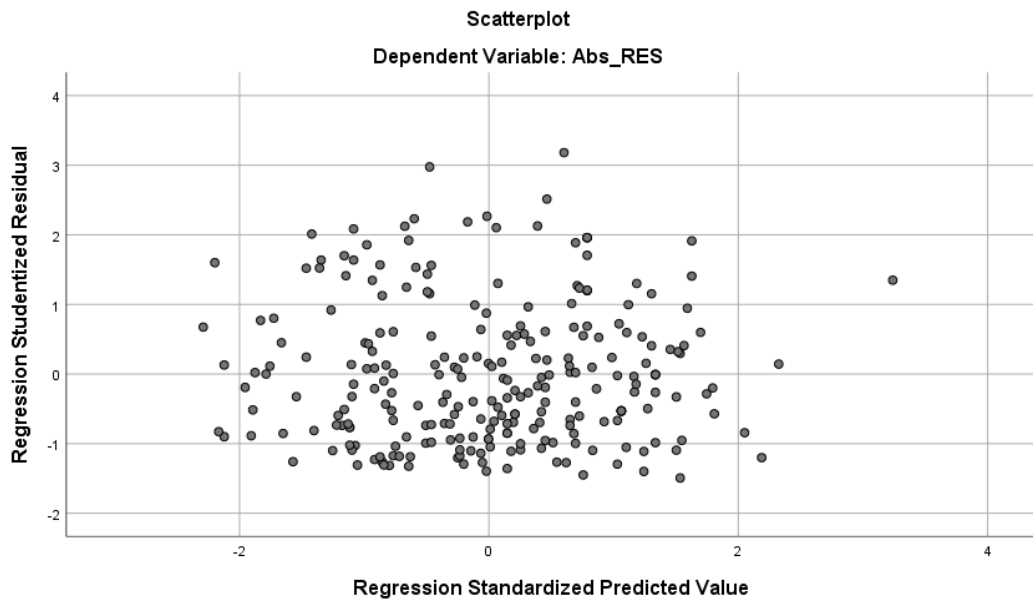
Coefficients^a

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance VIF
1	(Constant)	91.558	3.596		25.461	.000	

Grit	-1.450	.142	-.520	-10.233	.000	.855	1.169
Dukungan Sosial	-.350	.067	-.267	-5.253	.000	.855	1.169

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

Heterokedastisitas



Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	7.815	2.077		3.762	.000
	Grit	-.010	.082	-.008	-.118	.906
	Dukungan Sosial	-.043	.038	-.076	-1.114	.266

a. Dependent Variable: Abs_RES

REGRESI

Model Summary^b (NILAI R DAN R SQUARE)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.669 ^a	.448	.443	6.82954

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Grit

b. Dependent Variable: Prokrastinasi

ANOVA^a (LIHAT UJI F SIMULTAN)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
-------	----------------	----	-------------	---	------

1	Regression	9448.047	2	4724.024	101.281	.000 ^b
	Residual	11660.648	250	46.643		
	Total	21108.696	252			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Grit

Coefficients^a (LIHAT UJI T PARSIAL)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
		B	Std. Error	Beta	t	
1	(Constant)	91.558	3.596		25.461	.000
	Grit	-1.450	.142	-.520	-10.233	.000
	Dukungan Sosial	-.350	.067	-.267	-5.253	.000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

UJI TAMBAHAN

Jenis Kelamin

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Prokrastinasi	Equal variances assumed	.974	.325	2.189	251	.030	2.65469	1.21273	.26627	5.04312
	Equal variances not assumed			2.108	150.340	.037	2.65469	1.25922	.16665	5.14274

Domisili

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Prokrastinasi	Equal variances assumed	.128	.721	-1.053	251	.293	-1.44138	1.36856	-4.13671	1.25395

Equal variances not assumed			-1.020	89.345	.310	-1.44138	1.41245	-4.24773	1.36498
-----------------------------	--	--	--------	--------	------	----------	---------	----------	---------

Prodi

ANOVA

Prokrastinasi

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2714.819	23	118.036	1.418	.104
Within Groups	17729.105	213	83.235		
Total	20443.924	236			

Status

ANOVA

Prokrastinasi

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	417.314	2	208.657	2.521	.082
Within Groups	20691.381	250	82.766		
Total	21108.696	252			

KATEGORISASI

kat_prokratinasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	78	30.8	30.8	30.8
	2.00	165	65.2	65.2	96.0
	3.00	10	4.0	4.0	100.0
	Total	253	100.0	100.0	

kat_grit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	4	1.6	1.6	1.6
	2.00	158	62.5	62.5	64.0
	3.00	91	36.0	36.0	100.0
	Total	253	100.0	100.0	

kat_duksos

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	1	.4	.4	.4

	2.00	119	47.0	47.0	47.4
	3.00	133	52.6	52.6	100.0
	Total	253	100.0	100.0	