

**DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGATASI
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR
DI HIMPUNAN MAHASISWA UIN SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA-CILACAP (HIMMAH SUCI)**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

Oleh:

Afifah Prastiwi

NIM 21102020063

Pembimbing:

Anggi Jatmiko, M.A

NIP 199208202019031007

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2025**



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-969/Un.02/DD/PP.00.9/07/2025

Tugas Akhir dengan judul : DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGATASI PROKRASTINASI AKADEMIK
MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI HIMPUNAN MAHASISWA UIN SUNAN
KALIJAGA YOGYAKARTA-CILACAP (HIMMAH SUCI)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AFIFAH PRASTIWI
Nomor Induk Mahasiswa : 21102020063
Telah diujikan pada : Senin, 16 Juni 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Anggi Jatmiko, M.A.
SIGNED

Valid ID: 688190e449d2a



Penguji I

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A., M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 6880ca0a3ab01



Penguji II

Ferra Puspito Sari, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 68703d58420c6



Yogyakarta, 16 Juni 2025
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

Valid ID: 6881f1c5c3e77

HALAMAN PERSETUJUAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856
Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Afifah Prastiwi
NIM : 21102020063
Judul Skripsi : Dukungan Keluarga dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)

Sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 10 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Program Studi

Zaen Musyirifin, M. Pd.I NIP.
NIP. 19900428 202321 1 029

Dosen Pembimbing

Anggi Jatmiko, M.A
NIP. 199208202019031007

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afifah Prastiwi

NIM : 21102020063

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya berjudul: Dukungan Keluarga dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI) adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penulis tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Yogyakarta, 9 Juni 2025

Yang menyatakan,



METERAN
TEMPEL
10000
30119AMX236023417

Afifah Prastiwi

NIM 21102020063

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afifah Prastiwi
NIM : 21102020063
Tempat Tanggal Lahir : Cilacap, 22 November 2002
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa pas photo yang disertakan pada ijazah saya memakai Kerudung/Jilbab adalah kemauan saya sendiri dan segala konsekuensi/risiko yang dapat timbul di kemudian hari adalah tanggung jawab saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, untuk melengkapi salah satu prasyarat dalam mengikuti Ujian Tugas Akhir pada fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan agar yang berkepentingan maklum.

Yogyakarta, 10 Juni 2025

Yang menyatakan



Afifah Prastiwi
21102020060

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Atas izin dan ridho Allah SWT, serta dukungan dan doa dari orang-orang tersayang, skripsi ini dapat selesai dengan baik dan tepat waktu, sehingga skripsi

ini penulis persembahkan kepada:

Kedua orang tua tercinta; Bapak Sutrisno dan Ibu Suprihatin

Penulis menyampaikan terima kasih banyak atas semua dukungan, doa, kasih sayang, dan pengorbanan yang diberikan hingga saat ini, serta telah senantiasa kebersamai setiap langkah. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat, umur panjang, rezeki dan kebahagiaan yang melimpah ruah, serta segala hal baik berpihak dalam hidup semuanya.

Aamiin ya rabbal alamin

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا^{قُلْ}

“Dan rendahkanlah dirimu terhadap keduanya dengan penuh kasih sayang dan ucapkanlah, “Wahai Tuhanku sayangilah keduanya sebagaimana mereka berdua (menyayangiku ketika) mendidik aku pada waktu kecil.””^{*}

(QS. Al-Isra: 24)



^{*} <https://quran.nu.or.id/al-isra/24>, Diakses pada tanggal 31 Mei 2025.

KATA PENGANTAR

“Bismillahirrahmanirrahim”

Alhamdulillahirabbil Alamin, segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat, karunia, dan ridho-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Dukungan Keluarga dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)”. Skripsi ini disusun guna menjadi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan doa dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan beribu terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M. Phil., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Anggi Jatmiko, M.A., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan dengan sabar dan bijak dalam proses menyelesaikan penulisan skripsi ini.

5. Ibu Ferra Puspito Sari, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan dukungan penuh dan membimbing perjalanan kuliah penulis.
6. Bapak Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.Pd. dan Ibu Ferra Puspito Sari, M.Pd., selaku Dosen Penguji Skripsi yang telah memberikan ilmu, bimbingan, saran, dan masukan yang sangat bermanfaat untuk penulis dalam menyempurnakan penelitian ini.
7. Seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling Islam, staf, dan karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pelayanan administrasi yang baik.
8. Kedua saudara kandung tersayang, Mamas dan Dede; Fakhri Bari Prasetyo dan Azizah Ramadhani. Terima kasih kepada Mamas yang telah memberikan motivasi, semangat, dan dukungan materi maupun moril sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada Dede, *partner* adu mulut, teman bercanda tawa penulis yang kehadirannya selalu dirindukan ketika tidak di rumah, terima kasih telah memberikan kehangatan, keceriaan, semangat kepada penulis. Ia adalah salah satu alasan penulis untuk menyelesaikan studi di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan berjuang lebih keras lagi untuk hidupnya kelak.
9. Sahabat-sahabat penulis “Waton Gayeng”; Maisha Ivanca, Patima Aprillia Azzahra, Lutfiyaturrohman, Aprillia Diah Anggraini, Faiz Maburri, dan Yusuf Supardi. Terima kasih telah menjadi teman, sahabat, saudara tak sedarah yang senantiasa menemani penulis dari awal merantau di Yogyakarta

hingga saat ini dengan segala cerita dan kenangan tersendiri, serta menjadi tempat penulis untuk melepas penat dengan berkumpul, makan, dan jalan-jalan. Terima kasih atas segala canda, tawa, air mata, cerita, pengalaman, perjalanan yang dilalui, dukungan, dan doa yang diberikan untuk penulis.

10. Anak-anak Kost Putih, terkhusus Siti Nur Latifah dan Dian Aulia Pelu. Terima kasih telah atas dukungan, semangat, dan doa yang berikan. Terima kasih atas canda, tawa, dan kehangatan yang tercipta di kost, serta menemani penulis dari awal masuk kost hingga saat ini, sehingga membuat penulis tidak merasa sendirian.
11. Segenap keluarga Himpunan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam 2023 yang telah menjadi tempat bertumbuh, berproses yang hangat, penuh tawa dan lika-liku terkhusus Badan Pengurus Harian dan Koordinator Divisi. Terima kasih telah senantiasanya berjalan bersama dalam menjalani jatuh bangunnya organisasi dan atas segala hiburan recehnya.
12. Segenap anggota dan pengurus Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI) yang telah memberikan tempat untuk penulis dalam proses pengambilan data sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih juga telah menjadi tempat penulis melepas penat dengan berkumpul di sebuah tempat kopi untuk bersenda gurau, mengobrol menggunakan bahasa asal; ngapak, sehingga cukup mengobati kerinduan dengan daerah asal dan tidak membuat penulis merasa sendiri di Yogyakarta.

13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan, bantuan yang diberikan kepada penulis. Semoga semua kebaikan tersebut dibalas oleh Allah SWT.

Yogyakarta,

Penulis



Afifah Prastiwi



ABSTRAK

Afifah Prastiwi (21102020063), “Dukungan Keluarga dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)”, Skripsi, Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.

Prokrastinasi akademik merupakan suatu fenomena yang biasanya terjadi pada mahasiswa tingkat akhir, khususnya dalam penundaan penyelesaian skripsi. Penundaan ini jika dilakukan secara terus menerus berdampak pada keterlambatan kelulusan dan gangguan psikologis. Fenomena prokrastinasi akademik ini tidak sedikit terjadi pada mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI). Berbagai macam faktor menjadi penyebab mereka melakukan prokrastinasi akademik. Dalam hal ini, dukungan keluarga menjadi aspek penting untuk membantu mengatasi tekanan akademik dan emosional yang dihadapi mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di HIMMAH SUCI. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif deskriptif dengan 5 orang subjek mahasiswa/i tingkat akhir anggota HIMMAH SUCI dan orang tua dari salah satu subjek. Sedangkan metode pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Objek penelitian ini adalah bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di HIMMAH SUCI. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada empat bentuk dukungan keluarga yaitu dukungan emosional berupa perhatian, motivasi, empati, penerimaan tanpa tekanan, dan penguatan secara verbal, dukungan instrumental berupa pemberian bantuan finansial, tersedianya fasilitas belajar, kebutuhan praktis selama proses penyusunan skripsi, dan pendampingan secara langsung maupun tidak langsung, dukungan informasional berupa arahan, saran, nasihat, strategi belajar, dan pengalaman akademik dari anggota keluarga, dukungan penghargaan berupa pengakuan atas pencapaian, apresiasi secara simbolik seperti hadirnya keluarga di momen wisuda, pemberian hadiah, dan diadakannya acara tasyakuran. Bentuk dukungan tersebut mampu membantu mahasiswa mengelola stres, menciptakan kedisiplinan, dan meningkatkan motivasi dalam menyelesaikan skripsi. Dengan demikian, keterlibatan keluarga sangat berperan penting sebagai pendukung utama dalam masa akhir di perguruan tinggi.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa Tingkat Akhir

ABSTRACT

Afifah Prastiwi (21102020063), *“Family Support in Overcoming Academic Procrastination of Final Year Students in the Student Association of UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)”*, Ungraduated Thesis, Yogyakarta: Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Da’wah and Communication, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2025.

Academic Procrastination is a phenomenon that usually occurs in final year students, especially in delaying the completion of the thesis. This delay, if done continuously, has an impact on the delay in graduation and psychological disorders. This phenomenon of academic procrastination occurs a lot in final year students at the UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap Student Association (HIMMAH SUCI). Various factors cause them to do academic procrastination. In this case, family support is an important aspect to help overcome the academic and emotional pressures faced by students. This research aims to describe the forms of family support in overcoming academic procrastination of final year students in the UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap Student Association (HIMMAH SUCI). The method used in this research is a descriptive qualitative approach with 5 final year student members of HIMMAH SUCI and the parents of one of the subjects. While the data collection method uses observation, interview, and documentation. The object of this research is the forms of family support in overcoming academic procrastination of final year students in the HIMMAH SUCI. The results of the research showed that there are four forms of family support, namely emotional support in the form of attention, motivation, empathy, acceptance without pressure, and verbal reinforcement, instrumental support in the form of providing financial assistance, availability of learning facilities, practical needs during the thesis preparation process, and direct or indirect assistance, informational support in the form of direction, advice, counsel, learning strategies, and academic experience from family members, appreciation support in the form of recognition of achievements, symbolic appreciation such as the presence of family at graduation ceremonies, giving gifts, and holding thanksgiving events. This form of support can help students manage stress, create discipline, and increase motivation in completing their thesis. Thus, family involvement plays a very important role as the main supporter in the final period in college.

Keywords: Family Support, Academic Procrastination, Final Year Students

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	2
A. Penegasan Judul.....	2
B. Latar Belakang.....	5
C. Rumusan Masalah.....	13
D. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian.....	13
E. Kajian Pustaka.....	15
F. Landasan Teori.....	20
G. Metode Penelitian.....	35
BAB II GAMBARAN UMUM HIMPUNAN MAHASISWA UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA-CILACAP (HIMMAH SUCI).....	43
A. Sejarah Berdirinya HIMMAH SUCI.....	43
B. Visi dan Misi HIMMAH SUCI.....	44
C. Kegiatan HIMMAH SUCI.....	44
D. Struktur Kepengurusan HIMMAH SUCI.....	45
E. Profil Subjek.....	46
BAB III BENTUK-BENTUK DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGATASI PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA	

TINGKAT AKHIR DI HIMPUNAN MAHASISWA UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA-CILACAP (HIMMAH SUCI).....	51
A. Dukungan Emosional.....	52
B. Dukungan Instrumental.....	56
C. Dukungan Informasional.....	61
D. Dukungan Penghargaan.....	66
BAB IV PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	76
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	81



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Struktur Kepengurusan HIMMAH SUCI	45
Tabel 2. Komponen <i>Support</i>	70



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

“Dukungan Keluarga dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)” merupakan judul penelitian dalam tugas akhir perkuliahan yang berupa skripsi. Adapaun maksud atau penegasan dari judul ini ada 3 istilah yang dijelaskan supaya dapat memudahkan penulis dan pembaca dalam mengambil makna dari skripsi ini, yaitu:

1. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah bantuan yang dapat diberikan berupa barang ataupun jasa, informasi, nasihat sehingga individu yang menerima hal tersebut menjadi merasa disayang, diperhatikan, dan tentram.¹ Friedman menjelaskan bahwa dukungan keluarga merupakan perilaku, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya dan apabila salah satu anggota keluarganya membutuhkan bantuan maupun pertolongan mereka selalu siap.² Menurut Rook, dukungan keluarga adalah suatu ikatan sosial yang meliputi dukungan emosional, adanya pengungkapan perasaan, pemberian informasi, nasihat dan bantuan material. Sedangkan menurut

¹Dini Karisma, *Peran Hardiness dan Dukungan Keluarga terhadap Ketakutan akan Kegagalan pada Sarjana Baru Strata Satu Pencari Kerja*, Skripsi, Tidak diterbitkan, Universitas Brawijaya Malang, 2013, Hal. 4.

²Iva Millia, dkk, *Modul Terapi Family Psychoeducation (PFE) untuk Keluarga: Mengatasi Masalah-masalah Psikologis Keluarga*, Malang: Media Nusa Creative, 2020, Hal. 49.

Alghifari, dukungan keluarga adalah perilaku, perbuatan yang diberikan kepada anggota keluarganya, dalam bentuk pemberian informasi, dukungan penilaian, instrumental, dan dukungan emosional.³ Berdasarkan beberapa pengertian tersebut, dukungan keluarga merupakan segala bentuk keterlibatan, bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada anggota keluarga lain. Dukungan keluarga tersebut menjadi aspek penting, terutama bagi mahasiswa semester akhir untuk membantu tekanan akademik yang dialami dan kecenderungan menunda pengerjaan tugas akademik.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin “*procrastination*” dengan kata “*pro*” yang artinya mendorong maju atau bergerak maju dan “*crastinus*” artinya keputusan hari esok. Apabila digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda” sampai hari berikutnya.⁴ Prokrastinasi akademik menurut beberapa ahli seperti Wolter merupakan gagalnya seseorang dalam mengerjakan tugas akademiknya dalam waktu yang diinginkan atau penundaan dalam mengerjakan tugas sampai saat mendekati akhir.⁵ Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda tugas yang telah diberikan dan butuh waktu lama menyelesaikan tugas tersebut. Apabila perbuatan tersebut dilakukan terus menerus, dapat menimbulkan

³Alghifari, G, *Relationship between Family Support and Learning Motivation of Level One (1) Students in the S1 Nursing Study Program of Stikes Bhakti Kencana Bandung*, 2019, Hal. 10.

⁴M. Nur Ghufro dan Rini, R, *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: AarRuzz Media, 2011, Hal. 150.

⁵Siti Muyana, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling*, Jurnal Ilmiah Counsellia. 8, 1, 45-52, 2018, Hal. 47.

dampak negatif dan akan menjadi sebuah kebiasaan.⁶ Berdasarkan pengertian-pengertian tersebut, prokrastinasi akademik merupakan bentuk penundaan dalam mengerjakan tugas akademik, termasuk skripsi atau tugas akhir sehingga menyebabkan adanya keterlambatan penyelesaian tugas dari waktu yang telah ditentukan.

3. Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah seseorang yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi, sehingga mahasiswa menjadi status murid yang tertinggi di dunia pendidikan.⁷ Mahasiswa diharapkan menjadi calon-calon intelektual yang mempunyai intelegensi tinggi. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang posisinya berada pada masa akhir studi perguruan tinggi. Menurut Asrun dkk, mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi untuk syarat kelulusan yang wajib ditempuh dalam menyelesaikan studinya dan sebagai syarat untuk mendapat gelar sarjana.⁸ Prasyarat yang wajib dipenuhi untuk dapat sampai pada tahap penulisan tugas akhir yang disebut skripsi yaitu sudah berada pada semester akhir dan sejumlah SKS sudah terpenuhi.

⁶Siti Nurvika, *Pengaruh Self Efficacy dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Proses Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, Skripsi, Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022, Hal. 11.

⁷Sri Wahyuni Adiningtiyas, *Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memotivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa*, Jurnal Kopasta, 6 (1), 2019, Hal. 13.

⁸M. Asrun, dkk, *Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Spiritual Di Universitas Halu Oleo*, Jurnal Pendidikan Bahasa, 8(2), 2019, Hal. 4.

Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI) adalah organisasi mahasiswa yang terdiri dari mahasiswa-mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berasal dari Cilacap. HIMMAH SUCI lahir bukan saja untuk mereka yang mempunyai nalar intelektualitas, tetapi juga sebagai organisasi mahasiswa yang bersifat kedaerahan yang mewadahi mahasiswa asal Cilacap. HIMMAH SUCI. HIMMAH SUCI didirikan pada hari Kamis, 13 September 1990, bertepatan dengan tanggal 23 Syafar 1411 H. HIMMAH SUCI berasaskan pancasila, berbentuk organisasi etnis/kedaerahan, dan bersifat kemahasiswaan, sosial kemasyarakatan dan independen. HIMMAH SUCI didirikan dengan tujuan menyatukan mahasiswa asal Cilacap yang menjalani studinya di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta supaya tercipta rasa persaudaraan, kedaerahan, kekeluargaan, dan komunikasi yang baik antar mahasiswa Cilacap di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta khususnya dan umumnya Yogyakarta.

Berdasarkan batasan-batasan pengertian di atas, dapat ditegaskan bahwa fokus penelitian ini adalah mengkaji bentuk-bentuk dukungan keluarga yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir yang tergabung dalam HIMMAH SUCI, sejak mengalami kecenderungan menunda pengerjaan skripsi, tahap sidang munaqosyah, hingga menuju tahap wisuda. Dukungan keluarga mendorong mahasiswa semester akhir untuk lebih semangat dalam menjalani masa akhir perkuliahan, selain itu dukungan keluarga dapat mengurangi tingkat stres dan menumbuhkan rasa dihargai.

B. Latar Belakang

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi dan seorang murid yang statusnya paling tinggi didunia pendidikan. Monks dkk, menjelaskan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang sedang belajar dan meneliti, menggunakan pikirannya dengan cermat, dan penuh fokus untuk memahami ilmu pengetahuan.⁹ Selain itu, Suwono menjelaskan bahwa mahasiswa adalah calon sarjana yang bermasyarakat, dididik, dan diharapkan menjadi seseorang yang berintelektual.¹⁰ Mahasiswa berperan penting untuk dirinya sendiri, keluarga, maupun masyarakat dan sebagai *agent of change, social control* dan *moral force*.

Dalam aturan akademik, pada umumnya mahasiswa diharapkan menyelesaikan masa studinya dalam jangka waktu 4 tahun atau 8 semester. Hal tersebut mengacu pada keputusan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Perguruan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa bab III pasal 5 ayat 1 menyatakan bahwa Sistem Kredit Semester untuk pendidikan S1 adalah delapan semester.¹¹ Untuk mendapatkan gelar strata satu (S1) dan dinyatakan lulus, mahasiswa harus menyelesaikan skripsi. Skripsi adalah tugas akhir yang tidak dapat dihindari oleh mahasiswa yang meliputi 6 wilayah akademik menurut Solomon & Rothblum. *Pertama*, skripsi merupakan karya ilmiah yang

⁹Aprillina Ramadhani, *Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja*, Psikoborneo, Vol 4, No 3, 2016, Hal. 384.

¹⁰Saibun Panjaitan, dkk, *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*, Kerusso: Volume 3 No. 1 Maret, 2018, Hal. 24.

¹¹Muhammad Syukur, dkk, *Fenomena Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa*, Jurnal Neo Societal: Vol. 5, No. 4, 2020, Hal. 374.

hasilnya didapatkan dari lapangan, laboratorium, atau kepustakaan. *Kedua*, hasil penelitian yang telah diperoleh tersebut akan diujikan sebelum mahasiswa dinyatakan lulus. *Ketiga*, proses pengerjaan skripsi membuat mahasiswa harus banyak membaca buku atau jurnal hasil penelitian sebagai pendukung. *Keempat*, skripsi adalah sesuatu hal yang wajib diambil oleh mahasiswa jenjang strata satu (S1). *Kelima*, dalam proses skripsi perlu adanya konsultasi bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing skripsi. *Keenam*, skripsi tidak dapat dihindari karena merupakan syarat untuk memperoleh gelar strata satu (S1).¹²

Penyelesaian skripsi membutuhkan tenaga, biaya, waktu, dan kepedulian yang lebih banyak. Waktu yang diberikan untuk mahasiswa menyelesaikan skripsi biasanya sekitar satu semester. Namun pada kenyataannya, sebagian besar mahasiswa membutuhkan waktu lebih lama dari waktu yang telah ditentukan oleh kampus. Skripsi menuntut mahasiswa untuk membangkitkan daya nalarinya. Apabila mahasiswa tidak mempunyai tanggung jawab dan kepedulian kepada dirinya dan tidak dapat mengelola waktu dengan baik maka tugas akademiknya akan tidak selesai atau mengalami penundaan yang biasanya disebut dengan prokrastinasi.

Pada umumnya prokrastinasi sering terjadi dikalangan mahasiswa tingkat akhir baik saat mengerjakan tugas perkuliahan maupun tugas akhir (skripsi). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Solomon dan Rothblum, diketahui bahwa terdapat 50-90% mahasiswa mengalami prokrastinasi

¹²Rumiani, *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa*, Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol. 3 No. 2. Desember, 2006, Hal. 39, <http://www.ejournal.ac.id> Diakses 10 Juni 2024.

akademik. Sedangkan Mohammadi Bytamar menemukan sekitar 63% dan Zacks menemukan 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.¹³ Tingkat prokrastinasi akademik di Indonesia dari hasil penelitian beberapa tahun sebelumnya menunjukkan hasil yang beragam. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Surijah dan Tjundhing ditemukan bahwa mahasiswa yang mengalami prokrastinasi kategori rendah-sangat rendah 26,8%, sedang sebanyak 42,4%, dan tinggi-sangat tinggi sebanyak 30,9%.¹⁴

Prokrastinasi adalah penundaan melaksanakan hal-hal yang seharusnya dilakukan untuk mencapai suatu tujuan.¹⁵ Menurut Pychyl dkk, perilaku menunda merupakan perilaku seseorang yang seharusnya mengerjakan tugas di waktu yang telah ditentukan, namun memilih untuk mengerjakannya dilain waktu dan digunakan untuk kegiatan yang tidak membosankan serta menyenangkan seperti bermain.¹⁶ Jadi prokrastinasi akademik adalah penundaan baik dalam memulai atau mengerjakan suatu tugas sehingga membutuhkan waktu yang lebih lama dari yang telah ditentukan. Prokrastinasi akademik memiliki ciri-ciri salah satunya yaitu

¹³Khusthanul Rozak, *Dinamika Psikologis Mahasiswa Yang Mengalami Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi*, E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 2 Tahun ke-6, 2017, Hal. 166.

¹⁴Rohmatun, *Prokrastinasi Akademik dan Faktor yang Mempengaruhinya*, PSISULA : Prosiding Berkala Psikologi Vol. 3, 2021, Hal. 97.

¹⁵Imro'atin Hasanah, *Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di MTS Al-Khairiyah Nata*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022, Hal. 8.

¹⁶Riza Noviana Khoirunnisa, dkk, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi Covid-19*, Jurnal Psikologi Teori dan Terapan, Vol. 11, No. 3 (Special Issue), 2021, Hal. 280.

ketidakmampuan seseorang dalam *me-manage* dan memanfaatkan waktunya dengan baik sehingga banyak waktu yang terbuang percuma.¹⁷

Menurut Solom dan Rothblum, ada tiga belas alasan seseorang melakukan prokrastinasi yaitu kecemasan dalam menghadapi penilaian, perfeksionisme, kesulitan mengambil keputusan, ketergantungan dengan orang lain, ketidakmauan untuk mengerjakan tugas, kurangnya rasa percaya diri, kemalasan, kurang tegas, takut sukses, manajemen waktu, pemberontakan, pengambilan resiko, dan pengaruh teman sebaya.¹⁸ Menurut Patrzek, seseorang melakukan prokrastinasi akademik disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi: 1) *negative self image, avoidance, perfectionism*, 2) rendahnya *self regulation*, kurangnya keterampilan mengelola waktu, rendahnya keterampilan belajar, dan kurangnya pengetahuan, 3) faktor afeksi meliputi kecemasan, frustrasi, perasaan tertekan, 4) faktor kognitif seperti kekhawatiran, *fear of failure, irrational beliefs*, 5) faktor *learning history* meliputi perilaku belajar, pengalaman belajar yang negatif, 6) faktor kesehatan fisik dan mental meliputi *illness* dan *impairment*, 7) faktor pandangan terhadap tugas yakni tingkat kesulitan tugas, beban tugas, tugas yang tidak menarik dan menyenangkan. Sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial, stres

¹⁷Fitriani Rahayu dan Juandra, P., M, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Semester Akhir*, Coution : Journal of Counseling and Education, Vol. 4, No. 2, 2023, Hal. 9.

¹⁸Siti Nurvika, *Pengaruh Self Efficacy*, Hal. 11

yang berlebih, dan kejadian-kejadian kritis yang dialami seseorang itu kurang.¹⁹

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Tim Gamastatistika.com mengungkapkan bahwa penyebab mahasiswa terlambat dalam mengerjakan tugas akhir yaitu adanya konflik kuliah dan pekerjaan yang tidak sejalan atau manajemen waktu antara kuliah dan bekerja, kepentingan organisasi, kurangnya rasa tanggung jawab, kesadaran diri, dan permasalahan dengan dosen pembimbing.²⁰ Ferrari dan Morales juga mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik mempunyai dampak yang negatif yaitu terbuangnya banyak waktu tanpa ada hasil yang bermanfaat dan produktivitas dan etos kerja individu menjadi rendah.²¹ Hal tersebut dibuktikan dengan masih tingginya angka prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa.

Fenomena prokrastinasi akademik ditemukan pada mahasiswa di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI). Terdapat sekitar hampir 50% mahasiswa HIMMAH SUCI mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akhir (skripsi). Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI) adalah organisasi mahasiswa daerah yang terdiri dari mahasiswa-mahasiswa asal Cilacap yang sedang menempuh pendidikan di UIN Sunan Kalijaga

¹⁹Dahlia Novarianing Asri dan Noviyanti, K., D, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun Ditinjau Dari Efikasi Diri, Fear of Failure, Gaya Pengasuhan Orang Tua, Dan Iklim Akademik*, Jurnal LPPM Vol. 2 No. 2 Juli, 2014, Hal. 33-34.

²⁰Aisyah Nur Cita Zakiyyah, *Hubungan Self-Awareness Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir*, Skripsi, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel: Surabaya, 2022, Hal. 4.

²¹Dyah Ayu Noor Wulan dan Sri, M., A., *Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi*, Jurnal SosioHumaniora, 5 (1), 2014, Hal. 59.

Yogyakarta. Meskipun mereka berasal dari daerah yang sama, namun tentunya mereka memiliki latar belakang sosial keluarga yang beragam. Kondisi ini memunculkan dinamika khusus, terutama dalam hal akses terhadap dukungan keluarga. Jarak geografis, intensitas komunikasi, dan keterbatasan interaksi menjadi tantangan tambahan mereka untuk mendapatkan dukungan keluarga yang dapat membantu mengelola prokrastinasi akademiknya. Bentuk dukungan yang diberikan keluarga terhadap masing-masing mahasiswa tentunya bervariasi. Penyebab sebagian mahasiswa di HIMMAH SUCI melakukan prokrastinasi akademik adalah fokus bekerja sehingga sulit membagi waktunya untuk mengerjakan skripsi, membuang waktu secara percuma, rasa malas yang berkelanjutan, adanya pengaruh dari lingkungan sekitar, dan kesenjangan antara rencana dengan kinerja aktual.

HIMMAH SUCI didirikan pada hari Kamis, 13 September 1990, bertepatan dengan tanggal 23 Syafar 1411 H. HIMMAH SUCI berasaskan pancasila, berbentuk organisasi etnis/kedaerahan, dan bersifat kemahasiswaan, sosial kemasyarakatan dan independen. HIMMAH SUCI didirikan dengan tujuan menyatukan mahasiswa asal Cilacap yang menjalani studinya di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta supaya tercipta rasa persaudaraan, kedaerahan, kekeluargaan, dan komunikasi yang baik antar mahasiswa Cilacap di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta khususnya dan umumnya Yogyakarta.

Dukungan keluarga mempunyai peranan penting dalam membantu mengatasi masalah prokrastinasi akademik. Dengan adanya dukungan keluarga, mahasiswa menjadi merasa lebih berarti, disayangi, dan diperhatikan oleh orang sekitarnya.²² Maka dari itu mahasiswa perlu mendapat dukungan keluarga agar termotivasi dan memiliki semangat kembali untuk mengerjakan skripsinya. Dukungan keluarga termasuk faktor eksternal yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anam, mengungkapkan bahwa faktor dukungan orang tua juga mempengaruhi prokrastinasi akademik, terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan prokrastinasi akademik. Apabila dukungan keluarga yang diberikan semakin tinggi, maka tingkat prokrastinasi akademik nya semakin rendah.²³

Dukungan keluarga adalah perilaku, perbuatan dan penerimaan terhadap keluarga. Fungsi keluarga mempunyai sifat mendukung dan selalu siap untuk memberikan pertolongan dan bantuan apabila ada anggota keluarga yang membutuhkan.²⁴ Keluarga dapat memberikan dukungan berupa dukungan emosional, instrumental, penghargaan, informasional, dan pendampingan.²⁵ Dukungan emosional mencakup empati, perlindungan, perhatian, dan

²²Dwi Juliani, *Pengaruh Orientasi Masa Depan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kabupaten Purwakarta*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022, Hal. 10.

²³Made Ardhy Dharma Krisnadhi dan Luh Kadek P., A., S, *Peran Konformitas Teman Sebaya dan Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan, 2019, Hal 185.

²⁴Ayis Crusma Fradani, *Pengaruh Dukungan Keluarga, Kecerdasan Adversitas dan Efikasi Diri pada Intensi Berwirausaha Siswa SMK Negeri 2 Bojonegoro*, Jurnal Edutama, Vol. 3, No. 1. 2016., Hal. 49.

²⁵Dwi Juliani, *Pengaruh Orientasi Masa Depan*, Hal. 11.

kepercayaan sehingga memberikan rasa nyaman dan adanya rasa saling mencintai satu sama lain. Dukungan instrumental berupa memberikan arahan, nasihat, dan pertimbangan untuk mengambil suatu keputusan. Kemudian dukungan penghargaan yaitu adanya *reward* yang diberikan sebagai umpan balik dari hasil yang telah individu lakukan. Selanjutnya dukungan informasional yaitu memberikan informasi yang dibutuhkan oleh anggota keluarga. Dukungan pendampingan yakni dengan terus menemani di masa sulitnya dengan cara seperti menjadi teman ceritanya.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti terkait dengan “Dukungan Keluarga dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap”. Friedman menjelaskan bahwa dukungan internal dan eksternal mempengaruhi dukungan keluarga.²⁶ Dukungan internal dapat diperoleh dari saudara kandung, orang tua, anak, atau dukungan yang diberikan dari suami atau istri. Sedangkan dukungan eksternal dari teman, sahabat, tetangga, sekolah, keluarga besar, dan kelompok sosial.²⁷ Mahasiswa diharapkan tetap terus menjaga hubungan komunikasi dengan keluarga agar mendapat dukungan. Selain itu, keluarga juga harus menyadari betapa pentingnya peran mereka sebagai pengontrol, pembimbing, dan pengawas dalam membantu anggota keluarga yang lain.

²⁶Mitha Iska Rusianti, dkk, *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura*, MAHESA: MALAHAYATI HEALTH STUDENT JOURNAL, P-ISSN: 2746-198X E-ISSN 2746-3486 VOLUME 3 NOMOR 5, 2023, Hal. 1300.

²⁷Mitha Iska Rusianti, dkk, *ibid*.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, permasalahan yang diuraikan dalam penelitian ini adalah bagaimana bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI)?

D. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan dan menganalisis bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI).

2. Manfaat penelitian

Adapun manfaat penelitian dari skripsi tentang Dukungan Keluarga dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir yaitu:

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi teoritis untuk membangun pendekatan konseling keluarga yang lebih efektif dalam membantu mahasiswa mengatasi masalah prokrastinasi akademik.

b. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini untuk beberapa pihak yaitu:

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil dari penelitian yang dilakukan memberikan pemahaman dan pemikiran bahwa sebagai mahasiswa tingkat akhir diharapkan tidak menunda-nunda dalam menyelesaikan skripsi dan memberikan strategi praktis yang melibatkan peran keluarga dalam mengatasi kebiasaan menunda-nunda, sehingga mereka dapat lebih produktif dan menyelesaikan tugas akhir tepat waktu.

2. Bagi Keluarga

Adanya penelitian yang dilakukan diharapkan memberikan pemahaman kepada orang tua tentang pentingnya dukungan yang cukup dan baik untuk anaknya karena hal tersebut adalah salah satu faktor penentu keberhasilan akademiknya dan memperkuat perannya sebagai sistem pendukung bagi anaknya.

E. Kajian Pustaka

Bagian kajian pustaka ini menjelaskan tentang penelitian yang relevan dengan masalah telah diteliti. Penulis menemukan beberapa penelitian sebelumnya yang dianggap relevan diantaranya sebagai berikut :

1. Jurnal yang ditulis oleh Fitriani Rahayu, dan Juandra Prisma Mahendra dengan judul “Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Semester Akhir”. *Coution: Journal of Counseling and Education* volume 4, no. 2, tahun 2023.²⁸ Jurnal ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa semester akhir dalam mengerjakan skripsi yaitu manajemen waktu yang buruk, merasa kesulitan dalam mengerjakan skripsi, motivasi dan daya juang yang rendah, serta perubahan mood.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu membahas tentang prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa semester akhir, sedangkan untuk perbedaannya adalah pada penelitian ini hanya mempunyai satu variabel saja.

2. Jurnal yang ditulis oleh Pomarida Simbolon, dan Nagoklan Simbolon dengan judul “*Relationships Family Support With Student Procrastination*”. *ACIE: Annual Conference on Education and*

²⁸Fitriani Rahayu dan Juandra, P., M, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Semester Akhir*, Coution : Journal of Counseling and Education, Vol. 4, No. 2, 2023.

Humanities tahun 2022.²⁹ Penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan pengumpulan datanya menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2021.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis ialah sama-sama membahas tentang dukungan keluarga dan prokrastinasi akademik mahasiswa, sedangkan untuk perbedaannya terletak pada metode penelitian yang digunakan.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Figo Bagus Prakoso dan Daliman mahasiswa prodi psikologi, fakultas psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan judul: “Hubungan Kesadaran Diri dan Dukungan Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir”.³⁰ Penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kesadaran diri dan dukungan orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian penulis adalah sama-sama membahas tentang dukungan orang tua dan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir. Sedangkan perbedaannya ialah metode

²⁹Pomarida Simbolon dan Nagoklan S., *Relationships Family Support With Student Procrastination*, ACIE: Annual Conference on Education and Humanities, 2022.

³⁰Figo Bagus Prakoso dan Daliman, *Hubungan Kesadaran Diri dan Dukungan Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*, Program Studi Psikologi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, ttp, tt.

penelitian yang digunakan dan subjek penelitiannya pun diambil dari tempat yang berbeda, serta pada penelitian ini juga mengkaji tentang kesadaran diri.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah Nur Cita Zakkiyah mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya dengan judul “Hubungan *Self-Awareness* dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir”.³¹ Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-awareness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya. Perbedaan penelitian ini dengan yang penulis teliti yakni terletak pada metode dan subjek penelitian yang berbeda, serta terdapat salah satu variabel yang berbeda yaitu pada penelitian ini mengkaji tentang *self-awareness*. Adapun persamaan pada penelitian ini dengan yang penulis teliti yakni sama-sama membahas tentang dukungan keluarga.
5. Artikel yang ditulis oleh Rohmatun dengan judul “Prokrastinasi Akademik dan Faktor yang Mempengaruhinya” tahun 2021 dengan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dan subjek penelitiannya adalah mahasiswa tahun kedua dan ketiga pada Fakultas Psikologi Unissula Semarang.³² Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh dua faktor

³¹Aisyah Nur Cita Zakkiyah, *Hubungan Self-Awareness Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir*, Skripsi, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2022.

³²Rohmatun, *Prokrastinasi Akademik dan Faktor yang Mempengaruhinya*, PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi, Vol. 3, 2021, E-ISSN: 2715-002X.

yakni faktor internal yang berasal dari dalam diri sendiri seperti aspek mental, efikasi diri, dan regulasi diri. Sedangkan faktor yang kedua yakni faktor eksternal yang berasal dari luar diri individu seperti dukungan sosial dari orang sekitar dan adanya pengaruh dari teman sebaya atau konformitas kelompok.

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang telah dilakukan penulis yaitu metode penelitian yang digunakan. Adapun perbedaannya yakni terletak pada variabel penelitiannya, pada penelitian ini hanya ada satu variabel sedangkan penelitian yang telah dilakukan ada dua variabel yaitu prokrastinasi akademik dan dukungan keluarga. Serta subjek penelitiannya pun diambil dari tempat yang berbeda.

6. Skripsi yang ditulis oleh Shela Isna Sahara dengan judul “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2012 Dalam Menulis Skripsi”.³³ Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif deskriptif. Subjek penelitiannya adalah mahasiswa BKI angkatan 2012 dan dosen pembimbing skripsi. Sedangkan objek penelitiannya adalah faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dan langkah-langkah menghentikan prokrastinasi akademik mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga angkatan 2012. Hasil dari penelitiannya

³³Shela Isna Sahara, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2021 Dalam Menulis Skripsi*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017.

mengungkapkan bahwa faktor-faktor mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga angkatan 2012 yaitu karena adanya faktor internal yaitu rasa malas yang berkelanjutan yang menyebabkan mahasiswa menunda untuk mengerjakan skripsi sehingga menimbulkan dampak kecemasan sebagai akibat dari menunda skripsi karena mahasiswa tersebut sudah mengetahui konsekuensi prokrastinasi atau menunda-nunda menulis skripsi. Selain itu ada faktor eksternal yaitu kondisi keluarga dan lingkungan yang tidak mendukung. Sedangkan langkah-langkah yang dilakukan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga angkatan 2012 yaitu dengan cara menghilangkan pengalih perhatian, melakukan tugas itu sendiri, menetapkan tujuan, menjadi sadar ganjaran, dan mempelajari kecakapan introspeksi.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang telah dilakukan adalah terletak pada metode penelitian yang digunakan dan salah satu variabelnya yakni prokrastinasi akademik. Sedangkan perbedaannya yaitu jumlah variabel yang digunakan, subjek penelitian, dan objek penelitiannya. Pada penelitian yang telah dilakukan ada dua variabel yakni dukungan keluarga dan prokrastinasi akademik, subjek penelitiannya mahasiswa tingkat akhir di HIMMAH SUCI, dan objek penelitiannya yaitu bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi

prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI).

Berdasarkan kajian penelitian diatas, penulis menjadikannya sebagai acuan dalam penelitian sehingga tidak terjadi kesamaan yang berakibat fatal. Dalam penelitian yang telah dilakukan, penulis berusaha memberikan kontribusi yang beda dari beberapa macam jenis penelitian skripsi dan melengkapi penelitian-penelitian sebelumnya.

F. Landasan Teori

1. Tinjauan tentang Dukungan Keluarga

a. Pengertian Dukungan Keluarga

Berdasarkan Canavan dan Dolan, dukungan keluarga dapat disebut sebagai *central helping system* dan merupakan salah satu bentuk dukungan sosial antara anggota keluarga.³⁴ Saibun, dkk menjelaskan bahwa dukungan keluarga adalah perilaku, perbuatan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya yang merupakan hal menyatu dan tidak dapat dipisahkan dalam keluarga yang selalu siap membantu dan menolong dalam bentuk *materiil* maupun non-*materiil*, informasi verbal maupun non verbal, saran, nasihat, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan apabila dibutuhkan serta dapat berupa dukungan emosional yang dapat membuat seseorang merasa dipedulikan, dihargai, diperhatikan, atau bermanfaat bagi

³⁴Dolan, P., dkk, *Family support direction from diversity*, London: Jessica Kingsley Publishers, 2000.

dirinya.³⁵ Selanjutnya Friedman menjelaskan bahwa dukungan keluarga adalah perilaku, perbuatan dan penerimaan terhadap anggota keluarga lainnya.³⁶

Dari pengertian ahli diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga adalah dukungan yang diberikan oleh keluarga dalam bentuk materiil maupun non materiil, verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, saran dan sebagainya kepada anggota keluarga lain membutuhkan hal tersebut.

b. Aspek-aspek Dukungan Keluarga

Menurut Setiadi, ada empat aspek dukungan keluarga yaitu sebagai berikut.³⁷

1. Informatif, berupa pemberian informasi yang berguna untuk membantu menangani masalah seseorang yang sedang dihadapi, atau informasi lain yang diperlukan dan dapat disampaikan kepada orang lain untuk mengatasi masalah yang saman.
2. Perhatian emosional, berupa dukungan simpati dan empati, cinta, kepercayaan, dan penghargaan sehingga orang yang sedang mengalami masalah tersebut tidak merasa menanggung masalahnya sendirian karena masih ada orang yang memperhatikan, mendengar keluhan kesahnya, bersimpati dan empati, bahkan membantu memecahkan masalahnya.

³⁵Saibun Panjaitan, dkk, *Hubungan Antara Dukungan*, Hal. 25.

³⁶Iva Milia, dkk, *Modul Terapi Family Psychoeducation (FPE) untuk Keluarga: Mengatasi Masalah-Masalah Psikologis Keluarga*, Malang: Media Nusa Creative, 2020, Hal. 49.

³⁷Saibun Panjaitan, dkk, *Hubungan Antara Dukungan*, Hal. 25.

3. Bantuan instrumental, tujuannya untuk memudahkan seseorang menjalani aktivitasnya yang berhubungan dengan permasalahan yang sedang dialaminya atau memberikan bantuan dan pertolongan secara langsung atas kesulitan yang dialaminya melalui penyediaan alat yang lengkap dan memadai.
4. Bantuan penilaian, yaitu bentuk penghargaan yang diberikan kepada orang lain sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Bantuan penilaian ini dapat bersifat positif maupun negatif. Berkaitan dengan dukungan keluarga, maka penilaian yang dibutuhkan adalah penilaian yang bersifat positif.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada empat aspek dukungan keluarga yaitu bantuan informatif, perhatian emosional, bantuan instrumental, dan bantuan penilaian.

c. Bentuk-bentuk Dukungan Keluarga

Menurut Friedman, keluarga dapat memberikan empat bentuk dukungan, yaitu:³⁸

1. Dukungan Emosional (*Emotional Support*)

Dukungan emosional adalah dukungan yang mencakup perasaan empati, kasih sayang, dorongan psikologis, hadir secara emosional tanpa penekanan, dan kepedulian terhadap seseorang yang membuatnya menjadi merasa nyaman, dihargai, diperhatikan, dan dicintai. Fungsi dari dukungan ini yaitu

³⁸Friedman, M. M, dkk, *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, & Praktik (Family Nursing: Research, Theory, & Practice)* Edisi 5, terj. Prof. Achir Yani S, dkk, Jakarta: EGC Medical Publisher, 2010, Hal. 489.

sebagai tempat istirahat, pemulihan, dan membantu penguasaan emosional serta peningkatan nilai moral keluarga.

2. Dukungan Instrumental atau Nyata (*Instrumental Support*)

Dukungan ini adalah bantuan material seperti tempat tinggal, uang, tenaga, dan bantuan lainnya dari keluarga yang diberikan secara langsung untuk menyelesaikan masalah. Dukungan ini bermanfaat untuk membangkitkan semangat seseorang yang menurun, merasakan adanya perhatian dan kepedulian dari lingkungan.

3. Dukungan Penghargaan/Penilaian (*Esteem Support*)

Dukungan penghargaan dapat berupa apresiasi dan penilaian positif sehingga merasa dihargai dan diterima. Dengan adanya apresiasi dapat membuat seseorang merasa lebih percaya diri, merasa diakui dan diterima walaupun telah melakukan sebuah kesalahan atau mengalami kegagalan sebelumnya.

Dukungan/penilaian positif ini bermanfaat untuk memberikan dorongan memvalidasi ide-ide maupun perasaan seseorang.

4. Dukungan Informasi (*Informational Support*)

Dukungan informasi ini meliputi pemberian nasihat, pengetahuan, arahan, sasaran atau umpan balik, dan melatih keterampilan yang diperlukan dalam pemecahan masalah. Dukungan ini bermanfaat menekan stressor yang muncul karena

dari informasi tersebut dapat memberikan sugesti kepada seseorang tersebut.

Dari pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa menurut teori Friedman dukungan keluarga terbagi ke dalam empat bentuk yaitu dukungan emosional (*emotional support*), dukungan instrumental atau nyata (*instrumental support*), dukungan penghargaan/penilaian (*esteem support*), dan dukungan informasi (*informational support*).

d. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi dukungan keluarga antara lain sebagai berikut.³⁹

1. Pemberi dukungan sosial

Dukungan yang diberikan oleh keluarga adalah dukungan yang paling efektif karena mereka lebih memahami permasalahan tersebut daripada dukungan yang diberikan oleh orang lain.

2. Bentuk dukungan sosial

Dukungan yang diberikan harus sesuai dengan keadaan yang terjadi dan dibutuhkan oleh penerima sehingga akan lebih bermanfaat.

³⁹Meiga Latifah Putri Permadin, *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Penerimaan Diri Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Tangerang*, Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2018, Hal. 19.

3. Penerima dukungan sosial

Penerima dukungan sosial tersebut mempunyai karakteristik seperti kebudayaan, kepribadian, dan peran sosial yang akan mempengaruhi keefektifan dukungan.

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga yaitu pemberi dukungan sosial, bentuk dukungan sosial, dan penerima dukungan sosial.

2. Tinjauan tentang Prokrastinasi

a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi yang dalam bahasa Inggris “*procrastination*” berasal dari bahasa Latin yaitu *procrastinare* yang terdiri dari kata *pro* artinya bergerak maju atau maju, dan *crastinus* berarti keputusan hari esok. Jadi secara harfiah prokrastinasi berarti penundaan sampai esok hari.⁴⁰ Berdasarkan pendapat Solomon dan Rothblum, prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas secara keseluruhan untuk menjalankan kegiatan yang lain yang tidak bermanfaat sehingga menjadi sering terlambat dan tidak pernah menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.⁴¹

⁴⁰Syarifan Nurjan, *Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*, MUADDIB: Studi Kependidikan dan Keislaman, Vol. 10, No. 01 Januari-Juni, 2020, Hal. 63.

⁴¹Riani Arifah Faujjah, dkk, *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Religiusitas Siswa Di SMA Negeri 10 Bogor*, Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 7 No. 2, 2019, Hal. 510-520.

Menurut M. Nur Ghufon & Rini Risnawati S, prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang berkaitan dengan tugas akademik seperti tugas sekolah atau kursus.⁴² Selain itu, Milgram menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan perilaku khusus yang mencakup penundaan baik untuk memulai maupun menyelesaikan, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas. Hal tersebut membuat perasaan cemas, merasa bersalah, marah dan panik.⁴³

Berdasarkan beberapa pengertian para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas akademik sehingga terlambat untuk menyelesaikannya dan tidak tepat pada waktunya. Perilaku tersebut dapat terjadi berulang-ulang dan dilakukan secara sadar serta memilih melakukan kegiatan lain yang tidak bermanfaat sehingga lupa akan *deadline* tugas yang harus diselesaikan. Hal tersebut dapat berakibat fatal terhadap performan akademiknya.

b. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferarri, aspek-aspek prokrastinasi akademik ada 4 yakni:⁴⁴

1. Menunda untuk memulai maupun menyelesaikan suatu pekerjaan. Seseorang yang melakukan prokrastinasi akademik

⁴²Khusthanul Rozak, *Dinamika Psikologis Mahasiswa*, Hal. 165.

⁴³Shofi Septi Purnam, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya*, Jurnal BK Unesa, Vol. 4 No. 3, 2014, Hal. 683.

⁴⁴Riza Noviana Khoirunnisa, dkk, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*, Hal. 280.

mengetahui apabila tugas yang dimilikinya harus segera diselesaikan. Namun, lebih memilih untuk menunda-nunda dalam pengerjaannya.

2. Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas. Seseorang yang mengalami prokrastinasi akademik cenderung lebih membutuhkan waktu untuk mengerjakan tugasnya dibandingkan orang yang tidak melakukan prokrastinasi. Mereka menghabiskan waktunya dalam mempersiapkan dirinya secara berlebihan.
3. Kesenjangan waktu antara rencana dengan pelaksanaan tugas. Seseorang yang melakukan prokrastinasi akan merasa sulit untuk melakukan sesuatu hal sesuai dengan batas yang telah ditentukan. Mungkin dia telah merencanakan untuk memulai mengerjakan tugasnya sesuai waktu yang telah dia tentukan sendiri, namun ketika waktunya tiba dia tidak juga mengerjakannya sehingga gagal untuk menyelesaikan tugasnya.
4. Kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan. Seseorang akan secara sengaja menunda mengerjakan tugasnya dan memilih untuk menghabiskan waktunya untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan seperti menonton, jalan-jalan, bermain sosial media, dan lain-lain sehingga

menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

Berdasarkan Surijah dan Tundjing, ada 4 aspek prokrastinasi yaitu:⁴⁵

1. *Perceived Time*, merupakan kegagalan menepati *deadline*. Orang-orang yang mengalami ini berorientasi hanya pada “masa sekarang” tanpa memikirkan “masa mendatang”.
2. *Intention-action Gap*, merupakan adanya kesenjangan antara keinginan dan perilaku. Hal itu berupa adanya kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik walaupun sebenarnya ingin sekali mengerjakan tugas tersebut.
3. *Emotional Distress*, merupakan rasa cemas yang tampak saat melakukan prokrastinasi.
4. *Perceived Ability*, merupakan merasa ragu terhadap kemampuan yang dimilikinya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ada delapan aspek prokrastinasi akademik yaitu penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan pelaksanaan tugas, melakukan aktivitas lain yang lebih

⁴⁵Fevi Zanfiana Siswanto, *Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Shalat Wajib Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan*, Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi, Vol. 2, No. 1, 2013, Hal. 5.

menyenangkan dan tidak membosankan, *perceived time*, *intention-action gap*, *emotional distress*, dan, *perceived ability*.

c. Karakteristik Prokrastinasi Akademik

Burka dan Yuen mengatakan bahwa seseorang yang mengalami prokrastinasi memiliki karakteristik tertentu yang disebut sebagai “kode prokrastinasi”. Kode prokrastinasi ini adalah cara berpikir seseorang yang mengalami prokrastinasi yang dipengaruhi oleh persepsi-persepsi tidak realistis sehingga menjadikan prokrastinasinya semakin kuat walaupun mengakibatkan frustrasi. Kode-kode prokrastinasi tersebut yaitu sebagai berikut.⁴⁶

1. Kurang percaya diri. Seseorang yang melakukan prokrastinasi biasanya merasa kurang percaya diri dan kurang menghargai diri sendiri, serta merasa tidak mampu menghasilkan sesuatu dan terkadang menahan idenya karena takut orang lain tidak menerimanya.
2. Perfeksionis. Seseorang yang mengalami prokrastinasi merasa bahwa semuanya harus sempurna. Dia berpikir untuk menunda daripada harus mengambil resiko yang nantinya dinilai gagal sehingga akan menunggu sampai waktu yang dirasa tepat untuk bertindak supaya memperoleh hasil yang sempurna.
3. Tingkah laku menghindari. Seseorang yang melakukan prokrastinasi cenderung menghindar dari tantangan dan

⁴⁶Syarifan Nurjan, *Analisis Teoritik Prokrastinasi*, Hal. 68-69.

berpikiran bahwa sesuatu yang dilakukannya seharusnya terjadi dengan mudah tanpa adanya usaha.

d. Bentuk-bentuk Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferrari, ada dua bentuk prokrastinasi akademik antara lain:⁴⁷

1. *Functional procrastination*, merupakan penundaan yang mempunyai tujuan untuk mengembangkan pengetahuan yang berkaitan dengan tugas yang diberikan secara lebih menyeluruh dan cermat.
2. *Disfunctional procrastination*, merupakan penundaan yang tidak bertarget, memiliki dampak negatif, dan memunculkan suatu permasalahan. Ada dua bentuk penundaan dilihat dari tujuan dilakukannya prokrastinasi, yaitu:
 - a. *Desicional procrastination*, yaitu penundaan dalam pengambilan sebuah keputusan. Penyebab penundaan ini yaitu kurangnya kesadaran seseorang akan kegiatan yang saling bertentangan sehingga menjadi tertundanya penyelesaian masalah. Penundaan ini berhubungan dengan proses lupa dan kognitif, namun tidak ada hubungannya dengan kecerdasan individu.

⁴⁷Armila Agustine, *Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah. UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023, Hal. 48-49.

- b. *Avoidance procrastination* atau *behavioral procrastination*, yaitu perilaku yang terlihat dalam suatu penundaan yang tujuannya untuk mencegah kegagalan dalam mengerjakan diwaktu yang akan datang. Jenis penundaan ini berhubungan dengan *self presentation*, kemauan dengan melepaskan diri dari tugas yang menantang dan *impulsiveness*.

Dalam buku Frank J. Bruno yang berjudul *Stop Procrastination* menjelaskan bahwa ada lima bentuk utama prokrastinasi yaitu:⁴⁸

1. Penundaan Fungsional, menunda-nunda dengan cara mengulur waktu. Biasanya ada kondisi yang tepat untuk menunda-nunda tindakan seperti dalam keadaan sakit keras, kegiatan lain yang lebih penting, dan kurang tersedianya informasi yang mencukupi sehingga terjadi penundaan.
2. Penundaan Disfungsional, jenis penundaan yang tidak berguna sehingga membuat tugas tidak terlaksana, kesempatan yang ada hilang, dan tantangan terabaikan, serta tujuan penting tidak akan terwujud, akibatnya merugikan diri sendiri.
3. Penundaan Jangka Pendek, biasanya berlaku untuk beberapa jam atau hari tergantung target harinya.
4. Penundaan Jangka Panjang, biasanya dalam waktu bertahun tahun.

⁴⁸Frank J. Bruno, *Stop Procrastinating: Pahami dan Hentikan Kebiasaan Anda Menunda-nunda*, terj. Sitanggang., Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1998, Hal. 40.

5. Penundaan Kronis, penundaan jenis ini biasanya sudah menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan dan menjadi bagian hidup seseorang selama beberapa waktu.
- e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Menurut Ferarri & McCown, ada dua macam faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal.⁴⁹ Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang ikut berperan dalam membentuk perilaku prokrastinasi tersebut, meliputi:

1. Adanya pikiran irrasional dari dalam diri seseorang yang melakukan prokrastinasi, yaitu anggapan bahwa tugas yang dimilikinya harus selesai dengan sempurna.
2. Adanya kecemasan karena kemampuan dirinya dievaluasi, takut gagal dan sulit mengambil keputusan, atau karena butuh bantuan dari orang lain untuk mengerjakan tugas tersebut.
3. Malas, adanya rasa kesulitan dalam mengatur waktu dan tidak suka dengan tugasnya.

Kemudian ada faktor eksternal merupakan faktor dari luar individu yang mempengaruhi prokrastinasi, meliputi:

1. Adanya *punishment* dan *reward* juga dapat menjadi penyebab seseorang melakukan prokrastinasi, sehingga hal tersebut membuat seseorang meyakini bahwa akan lebih aman apabila

⁴⁹Siti Nurvika, *Pengaruh Self Efficacy*, Hal. 14.

tidak melakukannya dengan segera dan menghasilkan sesuatu yang tidak maksimal.

2. Adanya faktor lingkungan, yaitu karena kurangnya pengamatan maupun perhatian dari lingkungan seperti keluarga atau sekolah membuat seseorang melakukan prokrastinasi.
 3. Adanya tugas yang menumpuk dan harus segera dikerjakan juga membuat seseorang menunda untuk mengerjakan tugasnya sehingga menyebabkan tugas lain tertunda.
- f. Prokrastinasi Akademik ditinjau Perspektif Islam

Agama Islam adalah rahmat bagi seluruh alam khususnya umat manusia. Dalam ajaran Islam membahas dan mengajarkan berbagai macam permasalahan manusia termasuk yang hubungannya dengan perilaku menunda-nunda tugas atau yang disebut sebagai prokrastinasi akademik. Hal itu sejalan dengan hadis Rasulullah SAW, yaitu:

اَغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ، وَصِحَّتَكَ قَبْلَ وَغِنَاءِكَ قَبْلَ رِقْفِكَ، فَرَأَوْ غَاكَ لَقَبْ شُغْلِكَ، وَحَيَاتَكَ سَقَمِكَ، قَبْلَ مَوْتِكَ.

Artinya: “Gunakanlah lima perkara sebelum datang lima perkara lainnya; gunakan masa mudamu sebelum masa tuamu, masa hidupmu sebelum datang kematianmu, waktu luangmu sebelum waktu sibukmu, waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu, dan waktu kaya sebelum waktu miskinmu”.⁵⁰

⁵⁰ Abu Huraerah, *Telaah Kritis Hadis: Manfaatkan Lima Perkara Sebelum Lima Perkara*, *Halamatul Quran*, <https://hamalatulquran.com/telaah-kritis-hadis-manfaatkanlah-lima-perkara-sebelum-lima-perkara/>, diakses tanggal 29 Mei 2025.

Dalam hadist tersebut terdapat pesan kepada manusia supaya dapat menggunakan waktu sebaik mungkin dan menghindari adanya perilaku prokrastinasi karena hal tersebut akan menjadi awal permasalahan terlebih apabila pekerjaan tersebut sangat baik dan penting.

Perilaku menunda pekerjaan adalah perilaku yang tidak baik karena membuang-buang waktu yang diberikan oleh Allah SWT, seperti yang ada dalam Bukhari, Rasulullah bersabda “dua nikmat yang sering dilupakan oleh manusia adalah kesehatan dan waktu luang”.⁵¹ Dalam hadist yang lain juga Rasulullah SAW bersabda yang artinya “Bersegeralah kamu melakukan amal-amal yang shalih, karena akan terjadi suatu bencana yang menyerupai malam yang gelap gulita, dimana ada seseorang pada waktu pagi ia beriman tetapi pada waktu sore ia kafir, pada waktu sore ia beriman tetapi pada waktu pagi ia kafir, ia rela menukar agamanya dengan satu kesenangan dunia” (HR. Muslim).⁵² Hikmah atau pesan yang terkandung dalam hadis tersebut yaitu umat Islam sangat dianjurkan untuk menyegerakan sesuatu yang bersifat baik dan bermanfaat bagi dirinya sendiri dan menghindar dari perilaku prokrastinasi akademik (menunda-nunda).

⁵¹*ibid*, Hal. 85.

⁵²*ibid*, Hal. 89.

G. Metode Penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan adanya metode penelitian. Adapun metode yang penulis gunakan sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif. Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang bertujuan untuk mengeksplor atau menggali permasalahan yang diteliti dan memahami arti.⁵³ Jenis penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan ada berbagai bentuk seperti kata-kata, foto atau gambar, yang bertujuan untuk mengetahui suatu kondisi di lapangan secara mendalam, transparan, dan spesifik. Angka hanya sebagai pendukung, data yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara yang mendalam, dokumentasi, dan lain-lain.⁵⁴ Maka dengan ini penulis telah mencari tahu secara mendalam dan spesifik terkait bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI).

2. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dapat berupa manusia, tumbuhan, hewan, fenomena, kasus, pandangan hidup dan lainnya, maka gejala tersebut

⁵³hn W. Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013, Hal. 16.

⁵⁴Julia Brannen, *Memadu Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004, Hal. 10.

dapat dijadikan sebagai sumber data penelitian.⁵⁵ Subjek juga dapat diartikan sebagai orang yang menjadi sumber atau informan yang dapat memberikan keterangan yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti.⁵⁶ Penentuan subjek dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu suatu teknik pemilihan subjek atau informan sesuai dengan kriteria tertentu.⁵⁷ Adapun kriteria subjek penelitian ini diantaranya sebagai berikut:

1. Mahasiswa/mahasiswi yang tergabung dalam organisasi daerah asal Cilacap (HIMMAH SUCI) berjumlah 218 orang.
2. Mahasiswa/mahasiswi yang sudah diatas semester 8 sampai semester 14 sudah melaksanakan sidang munaqosyah dan mengikuti wisuda periode I-IV tahun 2024 berjumlah 16 orang.
3. Mahasiswa/mahasiswi yang bersedia menjadi subjek penelitian.

Berdasarkan kriteria diatas, maka jumlah mahasiswa yang dijadikan subjek dalam penelitian ini yaitu berjumlah 5 orang mahasiswa/mahasiswi yang berinisial IZ, NK, PG, DR, dan, I. Selain itu, ada subjek tambahan dari pihak orang tua subjek DR dengan tujuan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam konteks tersebut.

⁵⁵Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*, Bandung: Alfabeta, 2014, Hal. 11.

⁵⁶Hamid Patlima, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2010, Hal. 3.

⁵⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, Hal. 81.

b. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah sesuatu yang akan diteliti.⁵⁸ Tujuan dari objek penelitian yaitu supaya data yang diperoleh menjadi lebih terarah. Maka objek dalam penelitian ini adalah bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI).

3. Metode Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data dari informan yang dibutuhkan dalam penelitian ini digunakan beberapa metode, antara lain:

a. Metode Observasi

Metode observasi merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mengamati secara langsung atau tidak langsung secara sistematis. Metode observasi juga diartikan sebagai proses pengumpulan data penelitian yang bermanfaat untuk memberikan kesimpulan dan analisis terhadap penelitian.⁵⁹ Observasi dalam penelitian ini menggunakan observasi non-partisipan atau tidak terlibat langsung yaitu penulis tidak terlibat langsung dalam aktivitas subjek, namun mengamati dan mencatat perilaku, interaksi, dan dinamika dukungan yang diberikan keluarga. Adapun data observasi yang diperoleh yaitu respon atau perilaku subjek setelah mendapat dukungan keluarga yang terlihat dari pernyataan subjek, interaksi

⁵⁸Khusaini dan Akbar, S., P, *Metode Penelitian Sosial*, Jakarta, 2006, Hal. 96.

⁵⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Hal. 83.

komunikasi mahasiswa dengan keluarga, bukti dokumentasi digital seperti chat pribadi antara mahasiswa dengan orang tuanya, foto kebersamaan dengan keluarganya, dan bukti lain yang relevan dengan bentuk-bentuk dukungan tersebut.

b. Metode Wawancara (*interview*)

Metode wawancara dilakukan dengan membangun hubungan yang baik dengan subjek atau individu yang terlibat dalam penelitian yang memiliki informasi untuk mendukung hasil dari penelitian. Metode wawancara adalah proses segala kegiatan mengumpulkan data melalui tanya jawab secara lisan dan bertatap muka dengan subjek penelitian.⁶⁰ Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Dalam wawancara ini, daftar pertanyaan telah dipersiapkan untuk diajukan kepada *interviewee*, namun urutan pengajuan pertanyaan tersebut fleksibel tergantung arah pembicaraan.⁶¹ Penulis mengembangkan pertanyaan dan memutuskan isu yang dimunculkan. Wawancara dilakukan dengan 5 orang subjek yang berinisial IZ, NK, PG, DR, dan I, serta orang tua subjek DR mengenai bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI). Adapun data yang diperoleh dari hasil wawancara meliputi penyebab prokrastinasi akademik, cara subjek

⁶⁰*ibid.*

⁶¹Alvin Rivaldi, dkk., *Metode Pengumpulan Data Melalui Wawancara*. Hal 5-6.

mengatasi kesulitan yang dialami, dan bentuk-bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada subjek.

c. Metode Dokumentasi

Dokumentasi adalah sebuah bukti yang didapatkan melalui Hp atau kamera dan alat fotografi lainnya untuk dijadikan sebagai bahan dokumentasi penelitian. Bentuk dokumen dapat berupa tulisan seperti *diary*, biografi, riwayat, cerita, peraturan, dan kebijakan. Kemudian ada juga dokumen visual seperti gambar hidup, sketsa, foto, dan lain-lain.⁶² Berikut bentuk dokumentasi yang diperoleh yaitu bukti *screenshot* chat *whatsapp* antara orang tua dengan mahasiswa, bukti transfer orang tua, bukti hadiah/reward dari orang tua setelah sidang, kelulusan, dan mencapai satu *progress* dalam proses pengerjaan skripsi.

4. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi. Triangulasi adalah pengecekan data terhadap data yang diperoleh selama dilapangan dengan cara mengecek berbagai sumber dan waktu supaya menghindari kesalahan atau kekeliruan data yang diperoleh sehingga perlu dilakukan uji keabsahan data.⁶³ Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Triangulasi Sumber dan Triangulasi Teknik. Triangulasi teknik merupakan pengecekan data

⁶²Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Edisi ke 10, Bandung: Alfabeta, 2014, Hal. 85.

⁶³Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, Bandung: Alfabeta, 2013, Hal. 379.

melalui berbagai sumber yang dalam penelitian kualitatif tidak dapat dilakukan jika hanya menggunakan satu sumber saja melainkan ada sumber lain juga seperti membandingkan hasil pengamatan dengan wawancara, apa yang dikatakan secara umum dengan yang dikatakan pribadi, dan hasil wawancara dengan dokumen yang ada. Selanjutnya Triangulasi sumber yaitu dilakukan dengan cara mengecek informasi atau data yang diperoleh dari wawancara dengan informan, lalu informasi tersebut akan ditanyakan ke informan yang masih terkait.

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan hal yang pokok dan memerlukan pemahaman yang mendalam dalam penelitian kualitatif. Proses analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif, yaitu apabila sudah diperoleh data yang berkaitan dengan penelitian ini, maka langkah selanjutnya adalah menyusun dan mengelompokkan data tersebut untuk menggambarkan jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan oleh penulis.⁶⁴ Berikut adalah langkah-langkah analisis data digunakan dalam penelitian ini:

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah memilih, memusatkan, dan merangkum pada pembahasan yang penting. Reduksi data harus dilakukan secara berkelanjutan supaya menghasilkan dan memperoleh data maupun

⁶⁴Khusaini, dan Akbar, S., P, *Metode Penelitian Sosial*, Hal. 57.

informasi yang dibutuhkan.⁶⁵ Oleh karena itu, reduksi data bertujuan untuk menyederhanakan dan memusatkan fokus pada hal yang diperoleh selama penggalan di lapangan. Pada penelitian ini penulis memilah dan memilih data sesuai dengan bagian yang didapatkan dari hasil dari observasi, wawancara dan dokumentasi di lapangan. Data yang diperoleh dari lapangan adalah data yang sangat kompleks, maka dari itu pada tahap ini penulis membagi data hasil penelitian yang relevan dan yang tidak relevan dengan penelitian. Kemudian data yang tidak relevan dengan penelitian dibuang.

b. *Display data*

Setelah dilakukannya reduksi data, tahap berikutnya adalah *display data* atau penyajian data. *Display data* atau penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun yang dari informasi tersebut kemungkinan dapat ditarik kesimpulan dan pengambilan tindakan.⁶⁶ *Display data* atau penyajian data dilakukan karena data yang diperoleh dari penelitian kualitatif sering berbentuk naratif sehingga perlu disederhanakan lagi tanpa mengurangi maksud dan isinya. Tujuan dari *display data* ini adalah untuk melihat seluruh atau bagian-bagian tertentu dari gambaran keseluruhan.⁶⁷ Pada tahap ini penulis mengklasifikasikan dan menyajikan data berdasarkan pokok permasalahan yang diawali dengan gagasan atau pengkodean dari

⁶⁵Siyoto, dkk, *Dasar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015, Hal. 120.

⁶⁶Basrowi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008, Hal. 209.

⁶⁷Siyoto, dkk, *Dasar Metodologi Penelitian*, Hal. 121.

setiap sub pokok permasalahan. Gagasan atau pengkodean ini disusun terlebih dahulu secara sistematis.

c. Menarik kesimpulan

Kesimpulan merupakan tahap akhir dari proses analisis data. Pada tahap ini penulis menarik kesimpulan berdasarkan data yang telah diperoleh. Kesimpulan dilakukan dengan cara dengan cara membandingkan kesesuaian pernyataan dari subjek dengan makna yang terkandung dalam konsep yang ada dalam penelitian tersebut. Penarikan kesimpulan bertujuan untuk menjawab rumusan masalah yang ada dalam penelitian yaitu terkait dengan bentuk-bentuk dukungan keluarga dalam mengatasi prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir di HIMMAH SUCI. Hasil temuan dalam penelitian ini berbentuk deskripsi tentang objek yang sebelumnya masih belum jelas, sehingga setelah diteliti tampak lebih jelas dan mudah dipahami.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta (HIMMAH SUCI), disimpulkan bahwa secara keseluruhan, dukungan keluarga mampu menekan kecenderungan prokrastinasi akademik, khususnya dalam proses penyelesaian skripsi walaupun intensitas dan bentuknya beragam sesuai dengan kondisi keluarga masing-masing. Bentuk-bentuk dukungan keluarga yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi dukungan emosional, yang berupa perhatian, motivasi, empati, penerimaan tanpa penekanan, dan penguatan secara verbal dari orang tua maupun anggota keluarga yang lain sehingga membantu mahasiswa merasa diperhatikan tidak sendiri dalam menghadapi tantangan akademiknya. Selanjutnya yaitu dengan dukungan instrumental, seperti pemberian bantuan finansial, tersedianya fasilitas belajar, kebutuhan praktis selama proses penyusunan skripsi, dan pendampingan baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga memungkinkan mahasiswa fokus untuk tugas akademiknya tanpa terbebani oleh kebutuhan ekonomi. Kemudian, pemberian dukungan informasional seperti arahan, saran, nasihat, strategi belajar, dan pengalaman akademik dari anggota keluarga yang pernah menempuh pendidikan tinggi sehingga membantu mahasiswa untuk mengelola waktu, menyusun prioritas, dan

menyelesaikan skripsinya secara terstruktur dan bertahap. Lalu, dengan adanya dukungan penghargaan dari keluarga yang ditunjukkan melalui pengakuan atas pencapaian, apresiasi, baik secara simbolik seperti hadirnya keluarga di momen wisuda, pemberian hadiah, dan diadakannya acara tasyakuran dalam rangka terselesaikannya studi. Bentuk penghargaan semacam ini berdampak pada penguatan psikologis, rasa percaya diri, dan dorongan positif untuk menyelesaikan studinya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis, maka ada beberapa saran yang diberikan yaitu sebagai berikut.

1. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir
 - a. Diharapkan untuk mampu membangun komunikasi yang terbuka dengan keluarga supaya dapat memperoleh dukungan keluarga secara maksimal
 - b. Mahasiswa perlu untuk membangun kesadaran diri terhadap manajemen waktu dan skala prioritas untuk meminimalisir adanya perilaku prokrastinasi dalam dirinya.
 - c. Mahasiswa juga perlu untuk membangun motivasi intrinsik dan menyadari bahwa dukungan keluarga itu penting yang dapat menciptakan kefokusan menyelesaikan studi.

2. Bagi Keluarga

- a. Keluarga berperan penting untuk terus memberikan dukungan yang konsisten, baik secara emosional, material, maupun moral.
- b. Dukungan secara verbal, emosional, dan penghargaan atas proses yang telah dijalani oleh anak dapat sangat berarti, tidak harus selalu berbentuk fisik.
- c. Keluarga diharapkan untuk mendampingi tanpa adanya penekanan, namun memahami kondisi dan memberi ruang yang aman untuk terus berkembang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penelitian ini dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya tentang peran dukungan keluarga dalam aspek akademik lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtyas, Sri Wahyuni, *Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memotivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa*, Jurnal Kopasta, 6 (1), 2019.
- Agustine, Armile, *Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2016*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah. UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023.
- Alghifari, G, *Relationship between Family Support and Learning Motivation of Level One (1) Students in the S1 Nursing Study Program of Stikes Bhakti Kencana Bandung*, 2019.
- Alvin Rivaldi, dkk., *Metode Pengumpulan Data Melalui Wawancara*, ttp, tp.
- Asri, Dahlia Noviarining, dan Noviyanti Kartika Dewi, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Madiun Ditinjau Dari Efikasi Diri, Fear of Failure, Gaya Pengasuhan Orang Tua, Dan Iklim Akademik*, JURNAL LPPM Vol. 2 No. 2, 2014.
- Asrun, Muhammad, dkk, *Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Spiritual Di Universitas Halu Oleo*, Jurnal Pendidikan Bahasa, 8 (2), 2019.
- Basrowi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Brannen, J., *Memadu Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Bruno, Frank J, *Stop Procrastinatiing: Pahami dan Hentikan Kebiasaan Anda Menunda-nunda*, terj. Sitanggang., Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1998.
- Dolan, P., dkk, *Family support direction from diversity*, London: Jessica Kingsley Publishers, 2000.
- Faujiah, Riani Arifah, dkk, *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Religiusitas Siswa Di SMA Negeri 10 Bogor*, Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam, Vol. 7 No. 2, 2019.
- Fradani, Ayis Crusma., *Pengaruh Dukungan Keluarga, Kecerdasan Adversitas dan Efikasi Diri pada Intensi Berwirausaha Siswa SMK Negeri 2 Bojonegoro*, Jurnal Edutama, Vol. 3, No. 1, 2016.
- Friedman, Marilyn M., Vicky R. Bowden, dan Elaine G. Jones, *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, & Praktik (Family Nursing:*

- Research, Theory, & Practice*) Edisi 5, terj. Prof. Achir Yani S, dkk, Jakarta: EGC Medical Publisher, 2010.
- Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2011.
- Harnilawati, *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*, Takalar Makassar: Pustaka As-Salam, 2013.
- Hasanah, Imro'atin, *Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik di MTS Al-Khairiyah Nata*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022.
- hn W. Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Himmah Suci, *Modul Rapat Anggota Tahunan XXIX Himpunan Mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta-Cilacap (HIMMAH SUCI) 2023*, ttp, 2023.
- Huraerah, Abu, *Telaah Kritis Hadis: Manfaatkan Lima Perkara Sebelum Lima Perkara*, Halamanul Quran, <https://hamalatulquran.com/telaah-kritis-hadis-manfaatkanlah-lima-perkara-sebelum-lima-perkara/>, diakses tanggal 29 Mei 2025.
- Juliani, Dwi, *Pengaruh Orientasi Masa Depan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kabupaten Purwakarta*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022.
- Karisma, Dini, *Peran Hardiness dan Dukungan Keluarga terhadap Ketakutan akan Kegagalan pada Sarjana Baru Strata Satu Pencari Kerja*, Skripsi, Tidak diterbitkan, Universitas Brawijaya Malang, 2013.
- Khoirunnisa, Riza Noviana, dkk, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir pada Masa Pandemi Covid-19*, Jurnal Psikologi Teori dan Terapan, Vol. 11, No. 3 (Special Issue), 2021.
- Krisnadhi, Made Ardhy Dharma, dan Luh Kadek Pande Ary Susilawati, *Peran Konformitas Teman Sebaya dan Dukungan Sosial Orangtua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, Jurnal Psikologi Udayana Edisi Khusus Psikologi Pendidikan, 2019.
- Milia, Iva, dkk, *Modul Terapi Family Psychoeducation (PFE) untuk Keluarga: Mengatasi Masalah-masalah Psikologis Keluarga*, Malang: Media Nusa Creative, 2020.

- Muyana, Siti, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling*, Jurnal Ilmiah Counsellia. 8, 1, 2018.
- Nurjan, Syarifan, *Analisis Teoritik Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*, MUADDIB: Studi Kependidikan dan Keislaman, Vol. 10, No. 01, 2020.
- Nurvika, Siti, *Pengaruh Self Efficacy dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Proses Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, Skripsi, Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.
- Panjaitan, Saibun, dkk, *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Inti dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*, Kerusso: Volume 3 No. 1, 2018.
- Patlima, Hamid, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- Permadin, Meiga Latifah Putri., *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Penerimaan Diri Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Tangerang*, Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2018.
- Prakoso, Figo Bagus, dan Daliman, *Hubungan Kesadaran Diri dan Dukungan Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*, Program Studi Psikologi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, ttp, tt.
- Purnama, Shofi Septi, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya*, Jurnal BK Unesa, Vol. 4 No. 3, 2014.
- Rahayu, Fitriani, dan Juandra, Prisma Mahendra, *Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Semester Akhir*, Coution : Journal of Counseling and Education, Vol. 4, No. 2, 2023.
- Ramadhani, Aprilina, *Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Tidak Bekerja*, Psikoborneo, Vol 4, No 3, 2016.
- Rohmatun, *Prokrastinasi Akademik dan Faktor yang Mempengaruhinya*, PSISULA : Prosiding Berkala Psikologi Vol. 3, 2021.
- Rozak, K., *Dinamika Psikologis Mahasiswa Yang Mengalami Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi*, E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 2 Tahun ke-6, 2017.
- Rumiani, *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa*, Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol. 3 No. 2. Desember, <http://www.ejournal.ac.id>, diakses 10 Juni 2024, 2006.

- Rusianti, Mitha Iska, dkk, *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura*, Mahesa: Malahayati Health Student Journal, P-Issn: 2746-198x E-Issn 2746-3486 Volume 3 Nomor 5, 2023.
- Sahara, Sheila Isna, *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Angkatan 2021 Dalam Menulis Skripsi*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017.
- Sari, Mutiara Dewi, *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Frekuensi Kunjungan Antenatal Care Pada Komunitas Ibu Slum Area Kelurahan Selapajang Jaya Kota Tangerang*, Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2014.
- Simbolon, Pomarida, dan Nagoklan Simbolon, *Relationships Family Support With Student Procrastination*, ACIE: Annual Conference on Education and Humanities, 2022.
- Siswanto, Fevi Zanfiana, *Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Shalat Wajib Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan*, Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi, Vol. 2, No. 1, 2013.
- Siyoto, dkk, *Dasar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Edisi ke 10, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- Syukur, Muhammad, dkk, *Fenomena Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa*, Jurnal Neo Societal: Vol. 5, No. 4, 2020.
- Usman, Husaini, dan Purnomo Setiady Akbar, *Metode Penelitian Sosial*, Jakarta, 2006.
- Wulan, Dyah Ayu Noor, dan Sri Muliati Abdullah., *Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi*, Jurnal SosioHumaniora, 5 (1), 2014.

Zakiyyah, Aisyah Nur Cita, *Hubungan Self-Awareness Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Akhir*, Skripsi, Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel: Surabaya, 2022.

<https://quran.nu.or.id/al-isra/24>, Diakses pada tanggal 31 Mei 2025.

