

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *ACADEMIC SELF-EFFICACY*
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG
BEKERJA**



Disusun Oleh:

Delviana Gela Kolin

1801622002

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Pengaruh Dukungan Sosial dan *Academic Self-Efficacy* Terhadap Prokrastinasi
Akademik Pada Mahasiswa yang Bekerja

Nama Mahasiswa : Delviana Gela Kolin
NIM : 1801622002
Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian: 22 Juli 2026

Pembimbing I

Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog
NIP. 198708182019032012

Pembimbing II

Ade Siti Mariyam, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 199405042024062002

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		07/08/26
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggung Jawab)		07/08/26
Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi, Psikolog (Ketua Sidang)		06/08/26
Ernawati, M. Psi., Psikolog (Dosen Penguji I)		06/08/26
Salsabila Mayang Sari, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji II)		04/08/2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Delviana Gela Kolin
NIM : 1801622002
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Pengaruh Dukungan Sosial dan *Academic Self-Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Bekerja”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dan hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juli 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 17 Juli 2026
Yang Membuat Pernyataan,



Delviana Gela Kolin

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Delviana Gela kolin
NIM : 1801622002
Fakultas/Prodi : Psikologi/Psikologi
Alamat email : dwelvy04@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

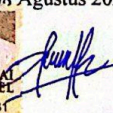
Pengaruh Dukungan Sosial dan *Academic Self-Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada

Mahasiswa Yang Bekerja

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 08 Agustus 2026

67825A0X137597681
METERAI TEMPEL
Delviana Gela Kolin)

MOTTO

“Aku dapat melakukan segala sesuatu melalui Kristus yang memberi kekuatan kepadaku”

-Filipi 4:13

Skripsi ini menjadi pengingat bahwa setiap proses yang dijalani dengan kesabaran, ketekunan, dan pengharapan akan menemukan jalannya menuju penyelesaian.

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas kasih, pernyataan, berkat, dan kekuatanNya yang senantiasa menyertai setiap langkah perjalanan hidup saya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta sebagai bentuk terima kasih atas doa, kasih sayang, pengorbanan, dukungan, dan kepercayaan yang tidak pernah berhenti diberikan kepada saya. Kepada keluarga, sahabat serta orang-orang terdekat yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, serta dukungan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Serta kepada almamater Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah menjadi tempat saya belajar, berkembang, dan memperoleh berbagai pengalaman yang berharga.

Intelligentia - Dignitas

DELVIANA GELA KOLIN

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *ACADEMIC SELF-EFFICACY*
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG
BEKERJA**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan penelitian korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 200 mahasiswa yang bekerja, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* untuk mengukur Dukungan sosial, *College Academic Self-Efficacy Scale (CASES)* untuk mengukur *academic self-efficacy* dan *Procrastination Assessment Scale for Students (PASS)* untuk mengukur prokrastinasi akademik. Data dianalisis menggunakan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan dukungan sosial dan *academic self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja nilai R sebesar 0,286 dan R *Square* sebesar 0,082 serta . Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *academic self-efficacy* secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 8,2% terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan 91,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Secara parsial, *academic self-efficacy* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan *academic self-efficacy* berperan penting dalam menurunkan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja.

kata kunci: dukungan sosial, *academic self-efficacy*, prokrastinasi akademik, mahasiswa bekerja.

Intelligentia - Dignitas

DELVIANA GELA KOLIN

**THE EFFECT OF SOCIAL SUPPORT AND ACADEMIC
SELF-EFFICACY ON ACADEMIC PROCRASTINATION IN WORKING
STUDENTS**

UNDERGRADUATE THESIS

Jakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Negeri Jakarta, 2026

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of social support and academic self-efficacy on academic procrastination in working students. This study uses a quantitative approach with correlational research. The sample in this study amounted to 200 working students, selected using a purposive sampling technique. Data collection was carried out using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to measure social support, the College Academic Self-Efficacy Scale (CASES) to measure academic self-efficacy and the Procrastination Assessment Scale for Students (PASS) to measure academic procrastination. Data were analyzed using multiple linear regression analysis. The results showed that simultaneously social support and academic self-efficacy had a significant effect on academic procrastination in working students with an R value of 0.286 and an R Square of 0.082 and . This indicates that social support and self-efficacy together contributed 8.2% to academic procrastination, while 91.8% was influenced by other factors outside the study. Partially, self-efficacy has a negative and significant effect on academic procrastination. The findings of this study indicate that increasing academic self-efficacy plays a significant role in reducing academic procrastination in working students.

keywords: social support, academic self-efficacy, academic procrastination, working student.

Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat, kasih, penyertaan, serta rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Dukungan Sosial dan *Academic Self-Efficacy* terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan Terima Kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan masukan, bimbingan, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ade Siti Mariyam, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, masukan, bimbingan. Sehingga penulis dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi ini dengan lebih baik.
5. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pembelajaran selama masa perkuliahan.
6. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, motivasi, serta kepercayaan kepada penulis dalam setiap proses kehidupan dan pendidikan.

7. Sahabat terutama (Novi, Tina, Lenny, Oniy, Monika, Yusika, Arny, Tika, Sary dan Rowi) dan seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, semangat, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan karya ilmiah ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Jakarta 17 Juli 2026



Delviana Gela Kolin

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Tinjauan Pustaka Prokrastinasi Akademik.....	9
2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik.....	9
2.1.2 Aspek Prokrastinasi Akademik.....	10
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	12
2.1.4 Dampak Prokrastinasi Akademik.....	14
2.2 Tinjauan Pustaka Dukungan Sosial.....	14
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial.....	14
2.2.2 Dimensi Dukungan Sosial.....	15
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	16
2.2.4 Dampak Dukungan Sosial.....	17
2.3 Tinjauan Pustaka Self-efficacy.....	18
2.3.1 Definisi <i>Academic Self-Efficacy</i>	18
2.3.2 Aspek <i>Academic Self-Efficacy</i>	19
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Academic Self-Efficacy</i>	20
2.3.4 Dampak <i>Academic Self-Efficacy</i>	21
2.4 Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran.....	21
2.5 Hipotesis Penelitian.....	23
2.6. Hasil Penelitian yang Relevan.....	23

BAB III.....	26
METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Tipe penelitian.....	26
3.2 Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian.....	26
3.2.1 Definisi Konseptual.....	26
3.2.2 Definisi Operasional.....	27
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
3.3.1. Populasi Penelitian.....	28
3.3.2. Sampel Penelitian.....	28
3.3.3. Teknik Sampling.....	29
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.4.1. Teknik Pengambilan Data.....	29
3.4.2. Instrumen Penelitian.....	30
3.4.2.1. Instrumen Variabel.....	30
3.4.2.2. Latar Belakang Instrumen.....	31
3.4.2.3. Kisi-kisi Instrumen.....	32
3.4.2.4 Teknik Penskoran Instrumen.....	34
3.4.2.5. Proses Adaptasi Instrumen.....	35
3.4.2.6. Uji Diskriminan Item dan Reliabilitas Instrumen.....	36
3.4.2.6.1 Uji Diskriminan Item Dukungan sosial.....	37
3.4.2.7.2 Uji Diskriminasi Item <i>Academic Self-Efficacy</i>	38
3.4.2.8.3 Uji Diskriminasi Item Prokrastinasi akademik.....	40
3.4.2.9.4 Reliabilitas Item Dukungan Sosial.....	41
3.4.2.10.5 Reliabilitas Item <i>Academic Self-Efficacy</i>	41
3.4.2.11.6 Reliabilitas Item Prokrastinasi Akademik.....	42
3.5 Analisis Data.....	42
BAB IV.....	44
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian.....	44
4.1.1 Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
4.1.2 Gambaran Usia Partisipan.....	45
4.1.3 Gambaran Program Studi partisipan.....	46
4.1.4 Gambaran Status Pekerjaan Partisipan.....	46
4.1.5 Gambaran Lama Bekerja Partisipan.....	47
4.1.6 Gambaran Durasi Bekerja Partisipan.....	48
4.2 Prosedur Penelitian.....	49
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	49
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	50
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	51

4.3.1 Analisis Deskriptif.....	51
4.3.2 Analisis Uji Asumsi.....	52
4.3.2.1 Uji Normalitas.....	52
4.3.2.2 Uji linearitas.....	53
4.3.2.3 Uji Multikolonieritas.....	54
4.3.2.4 Uji Heteroskedastisitas.....	54
4.3.2.5 Uji Autokorelasi.....	55
4.3.3 Analisis Uji Hipotesis.....	56
4.4 Pembahasan.....	58
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	61
BAB V.....	62
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Implikasi.....	62
5.3 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	68



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.....	32
Kisi-kisi Instrumen <i>Procrastination Assessment Scale for Student</i>	32
Tabel 3.2.....	33
Kisi-kisi <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	33
Tabel 3.3.....	34
Kisi-kisi Instrumen <i>College Academic Self-Efficacy Scale</i>	34
Tabel 3.4 Tabel Uji Diskriminan Item Dukungan sosial.....	37
Tabel 3.5 Tabel Uji Diskriminasi Item <i>Academic Self-Efficacy</i>	38
Tabel 3.6 Tabel Uji Diskriminasi item Prokrastinasi akademik.....	40
Tabel 3.7 Reliabilitas Dukungan Sosial.....	41
Tabel 3.8 Reliabilitas Prokrastinasi Akademik.....	42
Tabel 4.1 Distribusi Jenis Kelamin Partisipan.....	44
Tabel 4.2 Distribusi Usia Partisipan.....	45
Tabel 4.3 Distribusi Program Studi Partisipan.....	46
Tabel 4.4 Distribusi Status Pekerjaan Partisipan.....	46
Tabel 4.5 Distribusi Lama Bekerja Partisipan.....	47
Tabel 4.6 Distribusi Durasi Bekerja Partisipan.....	47
Tabel 4.7 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	52
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas.....	53
Tabel 4.9 Hasil Uji Multikolinieritas.....	54
Tabel 4.11 Hasil Uji Autokorelasi.....	56
Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Simultan.....	56
Tabel 4.13 Hasil Uji Koefisien Determinasi/ R Square.....	57
Tabel 4.14 Hasil Uji Parsial.....	57

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual/Pemikiran.....	22
Gambar 4.2 Scatterplot Uji Heteroskedastisitas.....	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Analisis Menggunakan SPSS.....	68
Lampiran 2. Alat Ukur <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS).....	74
Lampiran 3. Alat ukur <i>College Academic Self-Efficacy Scale</i> (CASES).....	76
Lampiran 4. Alat Ukur <i>Procrastination Assessment Scale for Students</i> (PASS).	80
Lampiran 5 Surat Kesediaan Validasi Instrumen (<i>Expert Judgment</i>).....	85
Lampiran 6. Riwayat Hidup.....	86



Intelligentia - Dignitas