

# Hubungan kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*

I Dewa Gede Angga Dinata dan Supriyadi

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana  
paupasli@yahoo.com

## Abstrak

Mahasiswa yang memilih untuk bekerja akan kehilangan sebagian besar waktu untuk mengerjakan tugas, belajar maupun melakukan aktivitas pribadi lainnya. Kepadatan kegiatan perkuliahan dan bekerja cenderung menimbulkan kemungkinan terjadinya prokrastinasi akademik. Kontrol diri yang terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku, kognitif dan pengambilan keputusan dapat membantu mahasiswa untuk terhindar dari prokrastinasi akademik. Beban kerja yang rendah juga dinyatakan dapat menghindari kelelahan berlebih pada mahasiswa yang merupakan salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik. Taraf dukungan sosial yang tinggi juga dapat menghindarkan mahasiswa dari prokrastinasi akademik, terutama dukungan sosial dari teman sebaya yang memiliki pengaruh besar pada masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*. Subjek dalam penelitian ini adalah 110 orang mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*, dipilih dengan menggunakan teknik *two stage cluster sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah angket beban kerja, skala kontrol diri, skala dukungan sosial teman sebaya dan skala prokrastinasi akademik yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hipotesis dari penelitian ini diuji dengan teknik analisis regresi berganda. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan nilai  $R=0,757$  dan *adjusted R square* sebesar 0,562. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri, beban kerja, dan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan terhadap prokrastinasi akademik dan dapat menjelaskan varian prokrastinasi akademik sebesar 56,2%, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p<0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama memiliki hubungan terhadap prokrastinasi akademik.

*Kata kunci: kontrol diri, beban kerja, dukungan sosial teman sebaya, prokrastinasi akademik, mahasiswa yang bekerja part time.*

## Abstract

Students who choose to work will lose for the most part of their time doing the tasks, studying or doing other personal activities. The density of lectures and work activities, could give rise to the possibility of academic procrastination. The self-control consists of the ability to control behavior, cognitive and decision making, can help the students to avoid the academic procrastination. The workload of the weak is also stated to avoid excessive fatigue in students which is one of the factors that affect the occurrence of academic procrastination. A high levels of social support can also prevent students from academic procrastination, especially social support from peers who have a profound influence on adolescence. This aims of this study to determine the relationship between self-control, workload and social support of peers against academic procrastination at Udayana University students who worked part time. The subjects in this study were 110 students of Udayana University who worked part time, selected by using two stage cluster sampling technique. Instruments in this study are self-control scale, workload questionnaire, peer social support scale and academic procrastination scales that have been examined for validity and reliability. The hypothesis of this research be examined by multiple regression analysis technique. The result of multiple regression analysis shows the value of  $R = 0,757$  and adjusted R square equal to 0,562. This indicates that self-control, workload, and social support of peers have a correlation to academic procrastination and can explain the academic procrastination variant of 56.2%, with a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ), so it can be concluded that self control, workload and social support of peers together have a relationship to academic procrastination.

*Keywords: self control, workload, peers social support, academic procrastination, students who worked part time.*

## LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan salah satu hal penting dalam memajukan kualitas bangsa di berbagai bidang, maka tidak heran pemerintah selalu mengutamakan serta memperhatikan pendidikan bagi kaum generasi muda. Hal itu terlihat dari salah satu visi pemerintah di bidang pendidikan yaitu membangun manusia Indonesia unggul, berdaya saing dan berkarakter melalui ekosistem pendidikan. Berbagai program disiapkan pemerintah untuk menunjang standar pendidikan yang akan berdampak langsung pada indeks pembangunan manusia (Kemdikbud, 2016).

Memasuki era globalisasi dan Masyarakat Ekonomi ASEAN (MEA) yang telah dimulai sejak akhir tahun 2015, generasi muda diharapkan dapat mempersiapkan diri untuk dapat menghadapi persaingan yang semakin ketat dengan cara memperoleh ilmu hingga pendidikan tinggi. Menurut Sarwono (1978), setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pendidikan di perguruan tinggi dengan usia sekitar 18-30 tahun dapat disebut sebagai mahasiswa. Mahasiswa merupakan calon intelektual dan cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Salah satu tugas dari mahasiswa adalah untuk menjalankan Tri Darma Perguruan Tinggi yaitu pendidikan, penelitian dan pengabdian masyarakat dengan baik.

Seiring dengan meningkatnya kebutuhan mahasiswa saat ini seperti, kebutuhan untuk menunjang proses perkuliahan yaitu membeli buku, laptop dan *ponsel*, maupun hanya sekedar untuk menjaga penampilan. Sebagian mahasiswa cenderung enggan untuk menyusahkan atau meminta pada orangtua sehingga sebagian mahasiswa memilih untuk bekerja paruh waktu untuk memenuhi kebutuhan tersebut (Liputan6, 2017). Berdasarkan data hasil wawancara studi pendahuluan yang dilakukan, pekerjaan *part time* pada umumnya merupakan pekerjaan yang memiliki waktu kerja lebih pendek daripada pekerjaan formal atau *full time*. Jumlah waktu kerja *part time* yang dijalani mahasiswa adalah sekitar 5 hingga 7 jam kerja dengan menggunakan sistem *shift* seperti bekerja di *restaurant*, kafe, bar, hotel, *sales promotion*, *shopkeeper*. Salah satu alasan mahasiswa memilih untuk bekerja adalah karena tersedia banyak lowongan kerja *part time* yang cukup bergengsi, selain itu dengan sistem *shift* mahasiswa merasa lebih fleksibel dalam menentukan waktu kerja sehingga dapat disesuaikan dengan keperluan dan jadwal kuliah (Dinata, 2017). Fenomena yang terjadi ini juga dilandasi dengan kebutuhan individu pada masa remaja yang cenderung ingin menjadi mandiri, seperti mandiri secara finansial maupun dalam pengambilan keputusan, dimana bekerja adalah salah satu kegiatan yang dapat dilakukan untuk mencapai keinginan tersebut (Santrock, 2007).

Pengalaman yang diperoleh selama bekerja dapat membantu mahasiswa untuk memahami dunia bisnis lebih awal, belajar cara memperoleh dan mempertahankan pekerjaan, serta bagaimana mengelola keuangan. Manfaat lain yang dapat diperoleh adalah kemampuan dalam mengatur waktu, perasaan bangga atas pencapaian yang diraih serta dapat mengevaluasi tujuan-tujuan yang ditetapkan (Santrock, 2007). Beberapa

manfaat yang diperoleh mahasiswa juga diimbangi dengan waktu yang harus dikorbankan, baik waktu untuk berolahraga, aktivitas sosial dengan teman sebaya maupun waktu tidurnya sendiri. Tanggung jawab yang dimiliki juga akan berbeda dengan mahasiswa lain yang tidak bekerja, dimana mereka harus menyeimbangkan antara tuntutan keluarga, pekerjaan, kuliah agar tetap dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu (Santrock, 2007).

Pihak perguruan tinggi pun tentu telah menyiapkan berbagai kegiatan baik akademik maupun non akademik yang harus dilalui mahasiswa agar dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama menjalani perkuliahan pada masyarakat luas. Banyaknya jumlah tugas maupun kegiatan mahasiswa tentu menuntut mahasiswa untuk dapat mengerjakan semua kegiatan dengan disiplin agar dapat lulus dengan tepat waktu. Waktu normal yang diperlukan dalam menyelesaikan studi Strata1/Sarjana adalah antara 7 hingga 8 semester, namun kenyataannya masih banyak mahasiswa yang menyelesaikan studi lebih dari 8 semester, bahkan hingga 12 semester. Menurut data yang diperoleh dari Unit Sumber Daya Informasi (USDI) Universitas Udayana pada tanggal 28 Juni 2017, terdapat sebanyak 16.718 mahasiswa yang menyelesaikan studi dalam rentang waktu antara 8-9 semester, 7.628 mahasiswa dalam rentang waktu antara 10-11 semester, dan sebanyak 4.411 mahasiswa dalam waktu 12 semester atau lebih. Terdapat sebanyak 733 mahasiswa non-aktif pada 8-9 semester, 578 mahasiswa non-aktif pada 10-11 semester, dan 1.037 mahasiswa non-aktif pada 12 semester atau lebih. Data juga menunjukkan terdapat 3.883 mahasiswa yang masih aktif pada 8-9 semester, sebanyak 1.604 mahasiswa aktif pada 10-11 semester, dan sebanyak 1.258 mahasiswa aktif pada 12 semester atau lebih.

Berdasarkan data hasil wawancara studi pendahuluan yang dilakukan pada 3 mahasiswa yang berbeda, diperoleh beberapa faktor yang memengaruhi terjadinya keterlambatan dalam penyelesaian studi yaitu, kesulitan mengatur waktu antara kegiatan akademik dan non akademik, penundaan pengerjaan tugas hingga mendekati *deadline* waktu pengumpulan tugas, terbiasa dengan kebiasaan SMA dalam menunda belajar dan akhirnya hanya belajar satu hari sebelum ujian yang berdampak pada nilai ujian kurang maksimal, malas dalam mengerjakan tugas, lebih memilih *nongkrong* bersama teman, mengikuti kegiatan organisasi, dan bermain *game* daripada mengerjakan tugas. Alasan lain adalah adanya rasa takut berlebihan akan kegagalan yang menyebabkan mahasiswa menunda-nunda untuk melakukan bimbingan tugas akhir dengan dosen pembimbing (Dinata, 2017).

Beberapa faktor yang menjadi penyebab terhambatnya penyelesaian studi sesuai dengan aspek dan ciri-ciri dari perilaku prokrastinasi akademik menurut Ferrari (dalam Ghufron & Risnawita, 2014), yaitu ada penundaan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan lebih memilih untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Selain itu sistem pembelajaran yang diterapkan di perguruan tinggi juga berbeda dengan sistem pembelajaran di SD, SMP maupun SMA, dimana di perguruan tinggi mahasiswa diberikan kebebasan dan kontrol

penuh atas diri sendiri. Permasalahan yang sering dihadapi mahasiswa dibalik kebebasan tersebut adalah perilaku prokrastinasi akademik. Hasil penelitian yang dilakukan Arumsari dan Muzaqi (2017), juga menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung melakukan prokrastinasi akademik karena ketidakmampuan dalam mengatur waktu antara bekerja dan kuliah.

Prokrastinasi merupakan kecenderungan seseorang menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan yang diberikan sehingga tugas tersebut tidak selesai tepat waktu (Brown & Holtzman dalam Ghufron & Risnawita, 2014). Prokrastinasi terjadi hampir setiap saat dan pada berbagai kalangan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi dengan intensitas yang berbeda-beda. Jenis-jenis tugas yang ditunda oleh seorang prokrastinator antara lain, tugas dalam pengambilan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, pekerjaan kantor dan lainnya (Rizvi dalam Ghufron & Risnawita, 2014).

Dampak negatif dari prokrastinasi akademik menurut Ferrari dan Morales (2007), adalah banyaknya waktu mahasiswa yang terbuang tanpa suatu hasil yang berguna. Prokrastinasi akademik juga dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu (Gleen, dalam Ghufron & Risnawita, 2014). Hal ini karena individu dengan prokrastinasi akan sering menghadapi *deadline* dalam mengerjakan suatu tugas sehingga akan menimbulkan tekanan pada individu tersebut. Selain berdampak negatif pada mahasiswa, prokrastinasi akademik juga menimbulkan dampak negatif pada perguruan tinggi. Semakin banyak mahasiswa yang terlambat dalam menyelesaikan studi akan menurunkan tingkat kelulusan suatu perguruan tinggi. Tingkat kelulusan tersebut akan berdampak pada akreditasi yang kerap dijadikan sebagai tolak ukur kualitas suatu Perguruan Tinggi.

Universitas Udayana merupakan salah satu PTN di Bali yang telah memperoleh akreditasi institusi dengan peringkat A dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) dengan Surat Keputusan No. 2999/SK/BAN-PT/Akred/PT/XII/2016 per tanggal 20 Desember 2016 (Universitas Udayana, 2016). Agar dapat mempertahankan akreditasi yang telah diperoleh, pihak Universitas harus meningkatkan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi serta menekan berbagai hal yang dapat menghambat penyelesaian studi mahasiswa, salah satunya ialah prokrastinasi akademik.

Menurut Ghufron & Risnawita (2014) prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor internal yaitu faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu seperti kondisi fisik individu dan kondisi psikologis individu. Kondisi fisik maupun kondisi psikologis mahasiswa yang bekerja tentu tergantung pada aktivitas maupun beban kerja yang dimiliki sebagai konsekuensi dari pekerjaannya. Beban kerja menurut Kasmir (2016), merupakan frekuensi kegiatan rata-rata dari masing-masing pekerjaan yang harus diselesaikan dalam kurun waktu tertentu, dimana setiap jenis pekerjaan tentu memiliki beban kerja yang berbeda-beda. Besaran atau durasi kerja yang dijalani mahasiswa juga akan berdampak tingkat kelelahan yang dialami individu yang akan berpengaruh pada performa,

baik secara fisik maupun psikologis saat mengikuti kegiatan perkuliahan dan mengerjakan tugas.

Millgram (dalam Ghufron & Risnawita, 2014), menyatakan bahwa trait kepribadian individu juga turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan seperti tingkat regulasi diri, kecemasan maupun motivasi yang dimiliki masing-masing individu. Berbagai penelitian lain yang dilakukan juga menemukan aspek-aspek lain yang turut memengaruhi seseorang cenderung melakukan prokrastinasi, yaitu kontrol diri yang rendah (Green & Tuckman dalam Ghufron & Risnawita, 2014).

Menurut Golfried dan Merbaum (dalam Ghufron & Risnawita, 2014), kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku individu ke arah yang positif. Individu dengan kontrol diri yang tinggi sangat memperhatikan berbagai cara yang tepat untuk berperilaku sesuai dengan kebutuhan situasi sosial sehingga perilaku yang muncul lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel serta berusaha untuk memperlancar interaksi sosial (Ghufron & Risnawita, 2014). Mahasiswa yang bekerja tentu sangat membutuhkan kontrol diri yang tinggi untuk dapat menyeimbangkan antara tuntutan yang terdapat pada tempat kerja maupun kuliah.

Faktor yang juga berpengaruh terhadap kecenderungan terjadinya prokrastinasi adalah faktor eksternal. Faktor eksternal merupakan faktor-faktor yang terdapat di luar diri individu, seperti gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan (Ghufron & Risnawita, 2014). Peran lingkungan dapat berdampak signifikan terhadap perilaku yaitu terkait besar/kecil atau ada/tidak pengawasan, perhatian maupun dukungan sosial yang diberikan kepada individu terkait.

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai kenyamanan, perhatian, ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain, dimana orang lain dapat berarti perorangan maupun kelompok. Dukungan sosial yang diberikan dapat membuat individu merasa dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai serta merupakan bagian dari jaringan sosial (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial dapat berasal dari pasangan, anggota keluarga, teman, kontak sosial dengan masyarakat, teman kelompok, teman kerja maupun atasan (Taylor, Peplau, & Sears, 2008). Mahasiswa yang umumnya berada pada fase remaja lebih banyak menghabiskan waktu yang dimiliki dengan teman sebaya, sehingga peran teman sebaya dalam menjadi sumber dukungan emosional sangat penting (Papalia, Old, & Feldmen, 2008). Interaksi dengan teman sebaya pada mahasiswa yang bekerja pun cenderung akan lebih besar daripada yang tidak, mengingat teman sebaya dapat berasal dari dua sumber yaitu rekan kerja maupun rekan kuliah.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut terkait hubungan kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya terhadap terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*.

## METODE PENELITIAN

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya. Definisi operasional dari masing-masing variabel penelitian adalah sebagai berikut:

### Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik merupakan suatu kecenderungan untuk menunda mengerjakan atau menyelesaikan tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, baik dilakukan secara sengaja maupun tidak sengaja.

### Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat menghasilkan konsekuensi positif.

### Beban Kerja

Beban kerja merupakan beban fisik maupun mental yang ditanggung tenaga kerja sesuai dengan volume dan kesatuan waktu kerja dari jenis pekerjaannya.

### Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial merupakan sebuah dukungan yang diberikan oleh rekan yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama, baik berupa perorangan maupun kelompok yang dapat menimbulkan perasaan nyaman, dicintai, diperhatikan dan dihargai bagi individu yang menerimanya.

### **Responden**

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* yang terpilih dari proses sampling. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini memiliki kriteria yaitu mahasiswa yang menempuh pendidikan strata satu (S1) di Universitas Udayana. Mahasiswa yang dimaksud adalah mahasiswa yang masih aktif terdaftar di Universitas Udayana tahun ajaran 2016/2017; dan memiliki pekerjaan *part time* atau usaha sampingan di luar perkuliahan dengan jam kerja yang dapat diukur dalam waktu satu minggu.

### **Tempat penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Universitas Udayana, yang melalui proses sampling terpilih sebanyak 3 fakultas yaitu, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Fakultas Hukum, Fakultas Ekonomi dan Bisnis.

### **Alat Ukur**

Alat ukur penelitian ini menggunakan angket beban kerja yang mengukur satuan waktu kerja yang dihabiskan subyek dalam kurun waktu satu minggu. Skala prokrastinasi akademik disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari, dkk (dalam Ghufroon & Risnawita, 2014). Aspek-aspek prokrastinasi akademik antara lain terdiri dari penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Skala prokrastinasi akademik berjumlah 42 aitem yang terdiri dari 21 aitem *favorable* dan 21 aitem *unfavorable*. Skala kontrol diri disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill (dalam Ghufroon & Risnawita, 2014). Aspek-aspek kontrol diri antara

lain terdiri dari kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Skala kontrol diri berjumlah 38 aitem yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 18 aitem *unfavorable*. Skala dukungan sosial teman sebaya disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya menurut Sarafino & Smith (2011). Aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya antara lain terdiri dari dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan persahabatan. Skala dukungan sosial teman sebaya berjumlah 42 aitem yang terdiri dari 21 aitem *favorable* dan 21 aitem *unfavorable*.

Pada penelitian ini dilakukan serangkaian uji validitas dan reliabilitas. Terdapat dua jenis pengukuran validitas dalam penelitian ini, yaitu validitas isi dan validitas konstruk. Pengukuran terhadap validitas isi dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *expert judgement* yang dilakukan oleh dua orang dosen dari Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Pengukuran validitas konstruk dilakukan dengan melihat tampilan output *Alpha Cronbach* pada kolom *corrected total-item correlation*. Suatu aitem dikatakan valid apabila skor *corrected total-item correlation* lebih besar daripada 0,30 (Ghozali, 2012). Pengukuran reliabilitas dilakukan berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Sugiyono (2015), yaitu suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila menghasilkan koefisien reliabilitas minimal 0,60, dan akan dijadikan acuan dalam penelitian ini.

Uji coba alat ukur ini menggunakan subjek yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek penelitian. Uji coba dilakukan sebanyak satu kali yang dilaksanakan pada tanggal 9 sampai 11 Agustus 2017 dengan menyebar sebanyak 64 skala pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja yang dipilih secara acak. Hasil yang diperoleh adalah subyek berasal dari beberapa fakultas yaitu, Fakultas Kedokteran, Fakultas Hukum, Fakultas Teknik, Fakultas Pertanian, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Peternakan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Fakultas Kedokteran Hewan, serta Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Skala pada tahap uji coba alat ukur ini terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian pertama merupakan lembar kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian dan identitas diri subjek, bagian kedua berisi petunjuk pengisian, angket beban kerja sedangkan bagian ketiga terdiri dari petunjuk pengisian, skala kontrol diri, dukungan sosial teman sebaya dan skala prokrastinasi akademik.

Hasil uji validitas skala kontrol diri menunjukkan bahwa dari 38 aitem yang dilakukan uji coba menghasilkan 24 aitem valid dan 14 aitem gugur. Nilai koefisien korelasi aitem total berkisar antara 0,337 sampai 0,618. Hasil uji validitas yang dilakukan pada skala dukungan sosial teman sebaya menunjukkan bahwa dari 42 aitem yang dilakukan uji coba menghasilkan 36 aitem valid dan 6 aitem gugur. Nilai koefisien korelasi aitem total berkisar antara 0,331 sampai 0,754. Hasil uji validitas yang dilakukan pada skala prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa dari 42 aitem yang dilakukan uji coba menghasilkan 31 aitem valid dan 11 aitem gugur. Nilai koefisien korelasi aitem total berkisar antara 0,332 sampai 0,800.

### Teknik Analisis Data

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis regresi berganda dengan bantuan program SPSS 20.0 for Windows. Sebelum melakukan uji regresi berganda, dilakukan uji normalitas, linieritas, uji multikolinieritas, dan uji heteroskedastisitas. Setelah data penelitian memenuhi uji-uji tersebut, dilakukan uji hipotesis penelitian melihat koefisien regresi (R), nilai *adjusted R square* (*adjusted R<sup>2</sup>*), nilai signifikansi uji F, dan nilai signifikansi uji t.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Subjek

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 110 orang yang merupakan mahasiswa S1 yang bekerja. Subjek berasal dari tiga fakultas dan dua angkatan yang berbeda di Universitas Udayana. Berdasarkan usia, mayoritas subjek penelitian berusia 20 tahun dengan persentase sebesar 57,3%. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas subjek penelitian adalah perempuan dengan persentase sebesar 58,2%. Berdasarkan fakultas, mayoritas subjek penelitian berasal dari Fakultas Hukum dengan persentase sebesar 43,6%. Berdasarkan angkatan, mayoritas subjek penelitian berasal dari angkatan 2015 dengan persentase sebesar 63,6%. Berdasarkan lama bekerja, mayoritas subjek penelitian telah bekerja selama 12 bulan dengan persentase sebesar 22,7%.

### Deskripsi Data Penelitian

Hasil deskripsi statistik data penelitian yaitu kontrol diri, beban kerja, dukungan sosial teman sebaya dan prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel 1 (terlampir).

Tabel 1 menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki mean teoritis sebesar 60 dan mean empiris sebesar 69,95. Hal ini menandakan bahwa subjek penelitian memiliki taraf kontrol diri yang tinggi karena nilai mean empiris lebih besar daripada mean teoritis ( $69,95 > 60$ ). Subjek pada penelitian ini menghasilkan rentang skor antara 54 sampai 91, serta 96,4% subjek memiliki skor diatas mean teoritis.

Tabel 1 menunjukkan bahwa peneliti tidak mencantumkan mean teoritis pada variabel beban kerja, yang pada penelitian ini diukur melalui jumlah jam kerja selama satu minggu. Hal ini karena peneliti tidak menemukan landasan teori maupun peraturan pemerintah yang dapat menggolongkan kategorisasi jam kerja. Subjek pada penelitian ini menghasilkan rentang jam kerja antara 12 jam sampai 60 jam/minggu.

Tabel 1 menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki mean teoritis sebesar 90 dan mean empiris sebesar 108,31. Hal ini menandakan bahwa subjek penelitian memiliki taraf dukungan sosial teman sebaya yang tinggi karena nilai mean empiris lebih besar daripada mean teoritis ( $108,31 > 90$ ). Subjek pada penelitian ini menghasilkan rentang skor antara 40 sampai 134, serta 91,8% subjek memiliki skor diatas mean teoritis. Kategorisasi skor dukungan sosial teman sebaya dapat dilihat pada tabel 20.

Tabel 1 menunjukkan bahwa variabel prokrastinasi akademik memiliki mean teoritis sebesar 77,5 dan mean empiris sebesar 69,95. Hal ini menandakan bahwa subjek penelitian memiliki taraf prokrastinasi yang rendah karena nilai mean empiris lebih kecil daripada mean teoritis ( $69,95 < 77,5$ ). Subjek pada penelitian ini menghasilkan rentang skor antara 48 sampai 92, serta 23,6% subjek memiliki skor diatas mean teoritis.

### Uji Asumsi

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada program SPSS 20.0 for Windows. Variabel kontrol diri menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,921 dengan signifikansi sebesar 0,364 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa data variabel kontrol diri berdistribusi normal. Variabel beban kerja menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,653 dengan signifikansi sebesar 0,788 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa data variabel beban kerja berdistribusi normal. Variabel dukungan sosial teman sebaya menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 1,243 dengan signifikansi sebesar 0,091 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa data variabel dukungan sosial teman sebaya berdistribusi normal. Variabel prokrastinasi akademik menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 1,051 dengan signifikansi sebesar 0,219 ( $p > 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa data variabel prokrastinasi akademik berdistribusi normal.

Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan uji *compare mean* pada program SPSS 20.0 for Windows. variabel prokrastinasi akademik dan kontrol diri memiliki hubungan yang linier karena nilai signifikansi pada kolom *linearity* menunjukkan angka 0,000 ( $p < 0,05$ ), dan nilai signifikansi pada kolom *deviation from linearity* menunjukkan angka 0,071 ( $> 0,05$ ). Variabel prokrastinasi akademik dan beban kerja memiliki hubungan yang linier karena nilai signifikansi pada kolom *linearity* menunjukkan angka 0,000 ( $p < 0,05$ ), dan nilai signifikansi pada kolom *deviation from linearity* menunjukkan angka 0,280 ( $> 0,05$ ). Variabel prokrastinasi akademik dan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan yang linier karena nilai signifikansi pada kolom *linearity* menunjukkan angka 0,000 ( $p < 0,05$ ), dan nilai signifikansi pada kolom *deviation from linearity* menunjukkan angka 0,186 ( $> 0,05$ ).

Metode regresi dianggap baik jika data tidak memiliki multikolinieritas yang ditandai dengan nilai VIF yang berada dibawah 10 dan nilai *Collinearity Tolerance* diatas 0,1 (Ghozali, 2012). Berdasarkan hasil uji multikolinieritas data penelitian pada tabel 4 (terlampir), dapat dinyatakan bahwa tidak terjadi multikolinieritas diantara ketiga variabel bebas penelitian yaitu kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya. Hal ini ditunjukkan dengan nilai VIF berturut-turut sebesar 1,269; 1,168 dan 1,224 (di bawah 10) dan nilai *tolerance* berturut-turut sebesar 0,788; 0,856 dan 0,817 (di atas 0,1). Berdasarkan uji normalitas, uji multikolinieritas, dan uji linearitas yang telah dilakukan maka dapat dikatakan data dalam penelitian ini berdistribusi normal, tidak ada multikolinieritas, dan menunjukkan hubungan yang linear sehingga dapat dilanjutkan ke tahap berikutnya yaitu analisis regresi berganda.

Pada model regresi yang baik, tidak akan terjadi heteroskedastisitas apabila nilai signifikansinya ( $p > 0,05$ ). Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas data penelitian pada tabel 25, dapat dilihat nilai signifikansi pada variabel kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya secara berturut-turut adalah 0,461; 0,549 dan 0,703 ( $p > 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi dalam penelitian ini.

### Uji Hipotesis

Berdasarkan tabel 6 (terlampir), dapat dilihat bahwa terdapat nilai R yang merupakan koefisien regresi sebesar 0,757 dan nilai adjusted R square ( $R^2$ ) yang merupakan nilai koefisien determinasi sebesar 0,574. Nilai adjusted  $R^2$  menunjukkan besarnya peran atau sumbangan dari ketiga variabel bebas terhadap variabel tergantung dalam uji regresi berganda yang melibatkan lebih dari dua variabel. Hasil uji regresi berganda antara variabel bebas dan variabel tergantung yang ditunjukkan pada tabel 26 memiliki arti yaitu kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama memberikan sumbangan dan menentukan taraf prokrastinasi akademik sebesar 56,2%, sedangkan 43,8% ditentukan oleh faktor-faktor lain diluar penelitian ini.

Nilai signifikansi F yang dihasilkan dari uji regresi pada tabel 7 adalah sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa model regresi dalam penelitian ini dapat digunakan untuk memprediksi variabel tergantung yaitu prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil yang didapatkan, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama berperan terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan tabel 8 (terlampir), nilai koefisien beta terstandarisasi (*standardized coefficients beta*) pada variabel kontrol diri lebih besar dari nilai koefisien beta terstandarisasi pada variabel beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya yaitu, ( $0,404 > 0,401$ ) dan ( $0,404 > -0,189$ ). Artinya, kontrol diri memiliki peran yang lebih besar terhadap taraf prokrastinasi akademik subjek dibandingkan dengan beban kerja dan dukungan sosial. Nilai t sebesar -5,655 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) pada variabel kontrol diri menunjukkan bahwa kontrol diri berperan secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Nilai t sebesar 5,846 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) pada variabel beban kerja menunjukkan bahwa beban kerja berperan secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Nilai t sebesar -2,690 dan nilai signifikansi sebesar 0,008 ( $p < 0,05$ ) pada variabel dukungan sosial teman sebaya menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil uji regresi berganda pada tabel 8, dapat diprediksi taraf prokrastinasi akademik subjek melalui persamaan garis regresi dengan memasukkan nilai *Unstandardized Coefficients B* seperti berikut ini:  

$$Y = 114,428 + (-0,637) X_1 + 0,363 X_2 + (-0,122) X_3$$

### Keterangan :

Y = Prokrastinasi Akademik  
 X1 = Kontrol Diri  
 X2 = Beban Kerja  
 X3 = Dukungan Sosial Teman Sebaya

Rumus di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Konstanta sebesar 114,428 menyatakan jika tidak ada penambahan atau peningkatan skor pada kontrol diri, beban kerja maupun dukungan sosial teman sebaya, maka taraf prokrastinasi yang dihasilkan adalah sebesar 114,428.
- 2) Koefisien regresi X1 sebesar -0,637 dan bertanda negatif menunjukkan kontrol diri memiliki hubungan yang berlawanan arah dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti setiap penambahan atau peningkatan satuan skor subjek pada variabel kontrol diri, maka akan terjadi penurunan taraf prokrastinasi sebesar 0,637.
- 3) Koefisien regresi X2 sebesar 0,363 dan bertanda positif menunjukkan beban kerja memiliki hubungan yang searah dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti setiap penambahan atau peningkatan satuan skor subjek pada variabel beban kerja, maka akan terjadi kenaikan taraf prokrastinasi akademik sebesar 0,363.
- 4) Koefisien regresi X3 sebesar -0,122 dan bertanda negatif menunjukkan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan yang berlawanan arah dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berarti setiap penambahan atau peningkatan satuan skor subjek pada variabel dukungan sosial teman sebaya, maka akan terjadi penurunan taraf prokrastinasi sebesar 0,122.

Berdasarkan hasil uji regresi berganda yang telah didapatkan, maka rangkuman hipotesis mayor dan minor penelitian ini dapat dilihat pada tabel 9.

## PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan dan dianalisis dengan menggunakan teknik regresi berganda, dapat diketahui bahwa hipotesis mayor penelitian yaitu kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya berhubungan secara bersama-sama dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana dapat diterima. Hal ini dapat dilihat dari koefisien R pada hasil uji regresi adalah sebesar 0,757 (tabel 6), dan nilai signifikansi uji F adalah 0,000 (tabel 7) yang menunjukkan bahwa kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya berhubungan secara bersama-sama dengan prokrastinasi akademik. Koefisien determinasi sebesar 0,562 menunjukkan bahwa ketiga variabel bebas yaitu kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya memiliki sumbangan efektif sebesar 56,2% (tabel 7) terhadap variabel tergantung yaitu prokrastinasi akademik. Berdasarkan hasil yang didapatkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya menentukan 56,2% taraf prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*. Sebesar 43,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

Menurut Ghufron dan Risnawita (2014), faktor internal yaitu, kontrol diri dan beban kerja yang dirasakan individu serta faktor eksternal yaitu, taraf dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh individu turut memengaruhi kecenderungan munculnya perilaku prokrastinasi. Individu yang memiliki kontrol diri yang buruk, beban kerja yang menimbulkan kelelahan berlebih, serta lingkungan yang rendah akan pengawasan maupun dukungan sosial, akan cenderung memengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Sebaliknya, individu yang memiliki kontrol diri yang cukup, beban kerja yang tidak menimbulkan kelelahan yang berarti serta memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitar akan mampu menjalankan pekerjaan tanpa harus mengesampingkan pendidikan yang sedang ditempuh atau dapat dikatakan mampu menghindari munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fauziah, 2015), yaitu terdapat tiga faktor penting yang memengaruhi prokrastinasi akademik. Faktor itu antara lain adalah fisik, psikis dan lingkungan.

***Hipotesis Minor I: Kontrol Diri Mempunyai Hubungan Langsung Negatif dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Bekerja Part Time***

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*. Ketika individu memiliki kontrol diri yang baik maka individu dapat mengatur perilaku dan kognitif serta dapat mengambil keputusan dengan tepat menuju kearah yang positif. Hal ini sesuai dengan Janssen dan Carton (1999) yang menyatakan lima hal yang sering dikaitkan dengan tingginya kecenderungan perilaku prokrastinasi yaitu, rendahnya kontrol diri, *self-consciousness*, *self-esteem*, dan *self-efficacy*, serta adanya kecemasan sosial. Kontrol diri merupakan kemampuan dalam mengambil keputusan dan menentukan tindakan secara efektif yang dapat mengarahkan individu pada hasil yang diinginkan serta menghindari hal yang tidak diinginkan (Contrada dan Goyal dalam Sarafino dan Smith, 2011). Sesuai dengan penelitian ini, hasil penelitian yang dilakukan Steel (2007), menemukan bahwa prokrastinasi akademik memiliki korelasi negatif yang kuat dengan kontrol diri. Setiap individu memiliki kontrol diri yang berbeda-beda, terdapat individu dengan kontrol diri yang tinggi, namun ada juga individu dengan kontrol diri yang rendah. Menurut Ray (2011), kontrol diri yang rendah akan mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memedulikan konsekuensi jangka panjang, sebaliknya individu dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta sangat mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari setiap perilakunya. Mahasiswa dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu mengatur waktu antara kegiatan kuliah dan kegiatan diluar kampus, serta menahan keinginan untuk melakukan hal-hal yang mengarah pada perilaku prokrastinasi akademik seperti lebih memilih untuk menonton film, bermain *game*, dan membaca novel daripada mengerjakan tugas kuliah. Hal ini sesuai hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah

(2015) yang menyatakan bahwa terdapat faktor internal dan internal yang memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Faktor internal yaitu tugas serta materi kuliah yang kurang dimengerti, lebih memilih untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan, kurangnya motivasi, ketidakmampuan untuk mengatur waktu, minat akan suatu mata kuliah yang kurang, dan suasana hati kurang baik. Faktor eksternal terdiri dari tingkat kesulitan tugas, tidak tersedia fasilitas, kurangnya referensi, waktu pengumpulan tugas yang masih lama, saling mengandalkan teman, kesibukan diluar kampus, dan penumpukan tugas.

Ursia, Siaputra dan Sutanto (2013), juga memperoleh hasil yang selaras dengan penelitian ini yaitu, terdapat korelasi negatif antara kontrol diri dan prokrastinasi umum maupun antara kontrol diri dengan prokrastinasi skripsi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan kedua hipotesis, ditemukan bahwa korelasi yang lebih kuat antara kontrol diri dan prokrastinasi umum daripada kontrol diri dan prokrastinasi skripsi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aini (2011), juga menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki maka semakin rendah prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri lebih berperan terhadap prokrastinasi akademik dibandingkan dengan beban kerja dan dukungan sosial, yang ditandai dengan nilai koefisien beta variabel kontrol diri yang lebih tinggi dari nilai koefisien beta variabel beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya ( $0,404 > 0,401$ ) ( $0,404 > 0,189$ ) (tabel 8). Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki peran yang lebih signifikan terhadap prokrastinasi akademik dan menjadi salah satu faktor yang dapat menurunkan prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*.

***Hipotesis Minor II: Beban Kerja Mempunyai Hubungan Positif Langsung dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Bekerja Part Time***

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa beban kerja memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi beban kerja yang ditanggung individu, maka semakin besar juga kemungkinan individu untuk melakukan prokrastinasi akademik. Beban kerja adalah beban yang ditanggung oleh individu sesuai dengan tugas dan jenis pekerjaannya (Suma'mur dalam Tarwaka, 2004). Mahasiswa yang bekerja memiliki tanggung jawab lebih besar daripada mahasiswa yang tidak bekerja, yaitu tanggung jawab pada pekerjaan. Tingkat beban kerja yang dirasakan oleh mahasiswa tentu berbeda-beda sesuai dengan pekerjaannya yang akan memengaruhi kondisi fisik individu. Semakin tinggi beban kerja yang dirasakan individu,

maka akan semakin tinggi pula kelelahan yang dirasakan oleh individu. Hasil penelitian dari Fauziah (2015), menyatakan bahwa salah satu penyebab terjadi prokrastinasi akademik adalah mahasiswa merasa lelah, ngantuk dan capek karena berbagai aktivitas yang dilakukan di kampus maupun diluar kampus sehingga akan lebih memilih untuk beristirahat daripada mengerjakan tugas. Mahasiswa dengan beban kerja yang tinggi pun tentu akan merasa lelah dan cenderung memunculkan perilaku prokrastinasi akademik.

***Hipotesis Minor III: Dukungan Sosial Teman Sebaya Mempunyai Hubungan Negatif Langsung dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Udayana yang Bekerja Part Time***

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*. Hubungan yang terjadi antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik adalah hubungan negatif atau berbanding terbalik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati (2011), yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik penulisan skripsi. Sejalan dengan penelitian ini, Andarini dan Fatma (2013) juga menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa, maka semakin rendah taraf prokrastinasi akademik yang terjadi, begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang terjadi.

Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain maupun kelompok lain (Uchino, dalam Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti jaringan masyarakat, pasangan, keluarga, teman, dokter maupun organisasi masyarakat. Pada masa remaja, individu lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya, sehingga teman sebaya merupakan sumber dukungan sosial yang sangat penting pada transisi masa remaja (Papalia, Old, & Feldman, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Mubasyir (2016) memperoleh hasil serupa yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengikuti UKM di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hubungan yang terjadi antara kedua variabel adalah hubungan negatif atau berbanding terbalik. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang terjadi. Individu yang memperoleh dukungan sosial teman sebaya yang tinggi akan lebih mempunyai kepercayaan diri yang tinggi serta memiliki sikap yang dapat menerima kenyataan, dapat menggambarkan kesadaran diri, berpikiran positif, memiliki kemandirian serta kemampuan untuk mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Maka dukungan sosial yang tinggi dapat menghambat prokrastinasi.

Penelitian yang dilakukan Fibrianti (2009) menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara

dukungan sosial orang tua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orangtua maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi, dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial orangtua maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi.

***Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Prokrastinasi Akademik***

Hasil deskripsi statistik dan kategorisasi data variabel penelitian menunjukkan bahwa taraf prokrastinasi yang ditunjukkan mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* tergolong rendah, yaitu sebanyak 58 orang (52,8%) (tabel 1). Hal ini mencerminkan bahwa mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang berhubungan dengan tugas dan kinerja akademik seperti menulis paper, membaca buku pelajaran, membayar uang SPP, mengetik makalah, mengikuti perkuliahan maupun membuat skripsi (Aitken dalam Ghufroon & Risnawita, 2014).

Tingkat prokrastinasi yang rendah juga ditandai dengan hasil penelitian yang menemukan mayoritas subjek memiliki kontrol diri yang tinggi, beban kerja yang sedang dan memperoleh dukungan sosial teman sebaya yang tinggi. Faktor-faktor tersebut merupakan faktor yang dapat menekan munculnya prokrastinasi akademik.

***Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Kontrol Diri***

Berdasarkan hasil deskripsi statistik dan kategorisasi data variabel penelitian, dapat diketahui bahwa mayoritas kemampuan kontrol diri pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* tergolong tinggi, yaitu sebanyak 69 orang (62,7%) (tabel 1). Hal ini mencerminkan bahwa mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* telah memiliki kemampuan kontrol diri, baik dalam mengontrol perilaku, mengontrol kognitif maupun mengontrol keputusan.

Hasil penelitian yang diperoleh dapat dijelaskan dengan teori yang dikemukakan Hurlock (1997), dimana terdapat dua faktor yang memengaruhi kontrol diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari faktor usia dan kematangan, sehingga seiring dengan bertambahnya usia individu, maka kemampuan kontrol dirinya pun akan semakin baik. Individu yang telah matang secara psikologis memiliki kontrol diri yang lebih baik karena individu telah dapat membedakan hal yang baik maupun buruk bagi dirinya. Hal ini sesuai dengan subjek penelitian ini yang merupakan mahasiswa S1 yang berdasarkan usia dapat dikatakan sudah cukup matang, selain itu individu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi tentu memiliki tingkat kematangan secara psikologis yang lebih baik dalam menentukan hal yang baik maupun buruk. Sedangkan salah satu faktor eksternal yang memengaruhi kontrol diri adalah lingkungan keluarga, terutama orangtua.

Individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung bertindak tanpa tujuan yang jelas sehingga individu bertindak pada hal-hal yang membuat dirinya senang dan berorientasi pada kepuasan sesaat sehingga akan menimbulkan penyesalan di kemudian hari (Fajarwati, 2015). Kemampuan kontrol diri merupakan aspek penting bagi keberhasilan individu dalam mencapai suatu tujuan yang positif. Bagi mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*, kemampuan kontrol diri dibutuhkan agar individu dapat mengontrol perilaku agar terhindar dari prokrastinasi akademik yang dapat menghambat penyelesaian studi serta mampu menjalankan pekerjaan dengan baik tanpa harus mengesampingkan proses perkuliahan serta kegiatan kampus lainnya.

#### ***Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Beban Kerja***

Berdasarkan hasil deskripsi statistik dan kategorisasi data variabel penelitian, dapat diketahui bahwa taraf beban kerja yang dimiliki mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* mayoritas tergolong sedang, yaitu sebanyak 36 orang (32,7%) (tabel 1). Hal ini mencerminkan bahwa mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* memiliki jumlah jam kerja yang tergolong sedang dalam kurun waktu satu minggu. Jam kerja yang sedang diperoleh mengingat subjek masih memiliki tanggung jawab dalam menjalani perkuliahan. Jam kerja yang sedang dapat dikatakan tidak berdampak negatif pada mahasiswa karena mahasiswa masih memiliki waktu yang cukup untuk menjalankan perkuliahan dan beristirahat sehingga tidak terjadi kelelahan yang dapat mengganggu kinerja.

#### ***Pembahasan Deskripsi Statistik dan Kategorisasi Data Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya***

Berdasarkan hasil deskripsi statistik dan kategorisasi data variabel penelitian, dapat diketahui bahwa taraf dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* mayoritas tergolong tinggi, yaitu sebanyak 65 orang (59,1%) (tabel 1). Hasil ini menunjukkan bahwa subjek penelitian telah menerima dukungan sosial dari teman sebaya, baik berupa dukungan yang bersifat emosional, informasi maupun instrumental. Dukungan sosial yang tergolong tinggi diperoleh karena mahasiswa yang bekerja *part time* cenderung memiliki ruang lingkup yang lebih luas untuk memperoleh dukungan sosial teman sebaya yaitu, lingkungan kampus maupun lingkungan kerja.

Stanley & Patricia (2007), menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi dukungan sosial, yaitu adanya kebutuhan fisik, kebutuhan sosial, dan kebutuhan psikis dalam diri individu. Kebutuhan fisik dapat berupa kebutuhan sandan dan pangan. Contohnya saat mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* memerlukan pinjaman buku ketika membuat tugas atau memerlukan pinjaman sarana dalam mengerjakan tugas seperti laptop, internet, dan lain-lain agar dapat menjalankan perkuliahan dengan lancar.

Kebutuhan sosial yang berupa pergaulan serta dapat diterima oleh lingkungan teman sebaya dibutuhkan individu pada

lingkungan kampus maupun lingkungan kerja agar individu dapat merasa nyaman dalam menjalani kegiatan sehari-hari. Kebutuhan psikis dapat berupa tempat untuk bertukar pikiran, berkeluh kesah maupun sekedar berbagi cerita dengan teman sebaya.

Menurut Stanley & Patricia (2007), ketika individu sedang mengalami masalah baik ringan maupun berat, maka individu tersebut akan berusaha mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai. Herdiati (2014), menyatakan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial yang lebih tinggi akan memiliki pikiran lebih positif terhadap situasi sulit dibandingkan dengan individu atau mahasiswa yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah. Dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah-masalah yang terjadi baik di lingkungan kampus maupun di lingkungan kerja.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti mengukur beban kerja hanya berdasarkan dengan jumlah jam kerja subyek selama kurun waktu satu minggu. Hal ini karena jenis pekerjaan serta institusi tempat bekerja subyek yang beragam sehingga tidak memungkinkan untuk dapat mengukur beban kerja secara spesifik. Keterbatasan lain adalah peneliti tidak menemukan teori serta acuan yang sesuai untuk mengkategorikan antara beban kerja yang rendah, sedang maupun tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama mempunyai hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*, ketiga variabel bebas secara bersama-sama dapat menjelaskan varian prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana sebesar 56,2 %, sedangkan sisanya dijelaskan oleh faktor-faktor lain sebesar 43,8%, kontrol diri secara mandiri mempunyai hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*, beban kerja secara mandiri mempunyai hubungan positif dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*, dukungan sosial teman sebaya secara mandiri mempunyai hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time*, prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* mayoritas tergolong rendah, kontrol diri yang dimiliki oleh mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* mayoritas tergolong tinggi, dimana mahasiswa mampu mengontrol diri baik secara perilaku, kognitif maupun dalam mengambil keputusan, beban kerja yang dimiliki oleh mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* mayoritas tergolong sedang, dimana mahasiswa memiliki jam kerja selama kurun waktu satu minggu yang masih dalam batas toleran, dukungan sosial teman sebaya yang dimiliki mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja *part time* mayoritas tergolong tinggi, dimana mahasiswa telah memperoleh dukungan sosial baik dukungan emosional,

instrumental, informasi maupun persahabatan dari teman sebayanya.

Berdasarkan kesimpulan yang telah didapatkan, maka dapat disampaikan saran praktis bagi pihak-pihak. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat menghindari perilaku menunda-nunda (prokrastinasi) dengan cara memperhatikan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik baik yang tercantum atau pun tidak tercantum dalam penelitian ini. Mampu meningkatkan dan mempertahankan kemampuan kontrol diri, yaitu dalam mengelola perilaku, kognitif maupun pengambilan keputusan sesuai dengan keperluan sehingga tidak menghambat penyelesaian studi. Dapat mengatur antara waktu kerja dengan waktu kuliah agar tidak menghambat penyelesaian studi. Memikirkan terlebih dahulu dampak positif maupun negatifnya dari bekerja *part time*. Memilih pekerjaan dengan beban kerja yang masih dalam batas toleran sehingga tidak mengganggu performa dalam kegiatan akademik. Meningkatkan dan mempertahankan taraf dukungan sosial dengan cara menjaga hubungan interpersonal dengan lingkungan sekitar. Menghabiskan waktu dengan teman sebaya dengan kegiatan-kegiatan positif seperti belajar bersama, berdiskusi maupun mengikuti kegiatan-kegiatan yang menunjang penyelesaian studi. Melakukan konsultasi terhadap permasalahan akademik yang dialami dengan orang-orang terdekat seperti teman sebaya, dosen pembimbing maupun orangtua.

Bagi dosen pembimbing, agar mewajibkan mahasiswa untuk rutin melakukan bimbingan akademik agar dosen mengetahui kondisi akademik masing-masing mahasiswa. Menggunakan buku bimbingan akademik untuk dapat mengontrol perkembangan akademik atau permasalahan-permasalahan yang dimiliki mahasiswa. Bagi pihak universitas, mengadakan kegiatan atau seminar terkait cara meningkatkan kemampuan kontrol diri mahasiswa dan menekan kemungkinan terjadi prokrastinasi akademik. Mengevaluasi permasalahan-permasalahan yang terjadi ketika proses perkuliahan berlangsung untuk menghindari terjadinya ketidakyamanan yang berdampak pada munculnya prokrastinasi akademik. Menginstruksikan masing-masing program studi untuk secara rutin memantau buku bimbingan mahasiswa untuk dapat memastikan masing-masing dosen pembimbing dan mahasiswa telah melakukan bimbingan akademik.

Bagi orangtua, diharapkan untuk tetap memantau perkembangan studi mahasiswa dengan cara melihat Kartu Hasil Studi (KHS) setiap semesternya. Memberikan dukungan baik secara finansial maupun emosional agar mahasiswa memiliki semangat untuk menjalankan hingga menyelesaikan studi dengan lancar.

Saran bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini menggunakan subjek yang spesifik yaitu mahasiswa yang bekerja *part time*, sehingga peneliti selanjutnya sebaiknya menggunakan subjek yang berbeda seperti mahasiswa organisasi, mahasiswa perantaraan, atau dengan kelompok subjek yang lebih luas yaitu mahasiswa. Melakukan penelitian di beberapa Universitas yang berbeda jika ingin menggunakan subjek mahasiswa untuk memperkaya hasil penelitian yang diperoleh.

Sumbangan efektif pada penelitian ini sebesar 56,2%, sedangkan sisanya sebesar 43,8% dijelaskan oleh faktor lain. Peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja *part time* diharapkan untuk menggunakan faktor lain yang mungkin memengaruhi prokrastinasi akademik dengan cara menambah jumlah variabel bebas penelitian untuk mendapatkan hasil yang lebih luas dan mendalam. Variabel lain yang dapat diteliti misalnya regulasi diri, motivasi, efikasi diri, *locus of control*, pola asuh orang tua, dll.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N., dan Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur, Volume 1, No. 2*.
- Andarini, S. R., dan Fatma, A. (2013). Hubungan antara distress dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta Psikologi, Vol. II, No. 2*.
- Arumsari, A. D., dan Muzaqi, S. (2017). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Skripsi*. Universitas Narotama Surabaya, Surabaya.
- Dinata, I.D.G.A. (2016). Studi pendahuluan pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja. (Naskah tidak dipublikasikan). Denpasar: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Fajarwati, S. (2015). Hubungan antara self control dan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa BK UNY yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 2 8 Tahun ke- 4, 2015*.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 2, No. 2, Hal: 123-132*.
- Ferrari, J. R. dan Morales, J. F. D. (2007). Perceptions of Self-concept and Self-presentation by Procrastinators: Further Evidence. Chicago. *The Spanish Journal of Psychology*.
- Fibrianti, I. D. (2009). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Skripsi*. Universitas Diponegoro, Semarang.
- Ghozali, I. (2012). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 20*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Rismawita, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hardiati. (2014). Pengaruh self regulated learning dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Janssen, T., & Carton, J.S. (1999). *The effects of locus of control and task difficulty on procrastination*. *The Journal of Genetic Psychology, 160*(4), 436-42.
- Kasmir. (2016). *Manajemen sumber daya manusia (teori dan praktik)*. Cetakan Pertama. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Kemdikbud. (2016). Visi dan Misi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2015-2019. Diunduh dari <https://www.kemdikbud.go.id/main/tentang-kemdikbud/visi-dan-misi-tanggal-2-Juni-2017>.

- Liputan6. (2017). 7 Pilihan Alternatif Pekerjaan Paruh Waktu untuk Mahasiswa. Diunduh dari <https://www.liputan6.com/amp/2730755/7-pilihan-alternati-pekerjaan-paruh-waktu-untuk-mahasiswa> tanggal 2 Juni 2017.
- Mubasyir, Bas (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang mengikuti unit kegiatan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2008). *Human development* (10<sup>th</sup>). New York: McGraw-Hill.
- Rahmawati, D. A. (2011). Hubungan antara konsep diri akademik dan dukungan sosial teman dengan prokrastinasi akademik penulisan skripsi pada mahasiswa. *Skripsi*. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Ray, J.V. (2011). *Developmental trajectories of self-control: Assessing the stability hypothesis*. Disertasi (tidak diterbitkan), University of South Florida, South Florida.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja, jilid 2, edisi kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E.P. & Smith, T.W. (2011). *Health psychology: biopsychosocial interactions* (7<sup>th</sup> ed.). Canada: John Milley and Sons Inc.
- Sarwono. (1978). *Perbedaan antara pemimpin dan aktivis dalam gerakan protes mahasiswa*. Jakarta: Penerbit Bulan Bintang.
- Stanley, M., & Patricia, G.B. (2007). *Buku ajar keperawatan gerontik, Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta analytic and theoretical review of quintessential self regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Tarwaka. (2004). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan kerja dan produktivitas*. Surakarta: Uniba Press.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial*. Edisi Kedua Belas. Terjemahan: Tri Wibowo B.S. Jakarta: Kencana
- Universitas Udayana. (2016). *Akreditasi A, Kado Manis Akhir Tahun Universitas Udayana*. Diunduh dari <https://www.unud.ac.id/in/headline1519-Akreditasi-A-Kado-Manis-Akhir-Tahun-Universitas-Udayana.html> pada 2 Juni 2017.
- Universitas Udayana. (2017). Data Studi Mahasiswa Universitas Udayana Tahun 2016/2017. *Unit Sumber Daya Informasi (USDI) Universitas Udayana*.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., dan Sutanto, Nadia (2013). Prokrastinasi akademik dan self-control pada mahasiswa skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 2013, 17(1): 1-18.

## LAMPIRAN

Tabel 1  
Deskripsi data penelitian

Variabel	N	Mean Teoretis	Mean Empiris	Std. Deviasi Teoretis	Std. Deviasi Empiris	Sebaran Teoretis	Sebaran Empiris	Nilai t
KD	110	60	69,95	12	5,930	24-96	54-91	17,607 (p = 0,000)
BK	110	-	35,83	-	10,332	-	12-60	-0,003 (p = 0,000)
DS	110	90	108,31	18	14,486	36-144	40-134	13,256 (p = 0,000)
PA	110	77,5	69,65	15,5	9,354	31-124	48-92	-8,807 (p = 0,000)

Tabel 2  
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Asymp. Sig (2-tailed)
Kontrol Diri	0,921	0,364
Beban Kerja	0,653	0,788
Dukungan Sosial Teman Sebaya	1,243	0,091
Prokrastinasi Akademik	1,051	0,219

Tabel 3  
Hasil Uji Linearitas

			F	Sig.
Prokrastinasi Akademik*Kontrol	<i>Between Group</i>	<i>Linearity</i>	73,618	0,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1,568	0,071
Prokrastinasi Akademik*Beban Kerja	<i>Between Group</i>	<i>Linearity</i>	60,158	0,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1,171	0,280
Prokrastinasi Akademik*Dukungan Sosial Teman Sebaya	<i>Between Group</i>	<i>Linearity</i>	33,003	0,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1,273	0,186

Tabel 4  
Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	Variance Inflation Factor (VIF)	Keterangan
Kontrol Diri	0,788	1,269	Tidak terjadi multikolinieritas
Beban Kerja	0,856	1,168	Tidak terjadi multikolinieritas
Dukungan Sosial Teman Sebaya	0,817	1,224	Tidak terjadi multikolinieritas

**Keterangan :** *Dependent variable* = prokrastinasi akademik

Tabel 5  
Hasil Uji Heteroskedastisitas

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Konstan	8.684	5.464		1.589	.115
Kontrol Diri	-.051	.069	-.080	-.740	.461
Beban Kerja	.023	.038	-.062	.601	.549
Dukungan Sosial Teman Sebaya	-.011	.028	-.041	-.382	.703

Tabel 6  
Hasil Uji Regresi Berganda Nilai R<sup>2</sup>

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,757	0,574	0,562	6,193

Tabel 7  
Hasil Uji Regresi Berganda Signifikansi Nilai F

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	5471,367	3	1823,789	47,548	.000 <sup>b</sup>
Residual	4065,805	106	38,357		
Total	9537,173	109			

a. *Dependent Variable:* Prokrastinasi Akademik

b. *Predictors:* (Constant), Kontrol Diri, Beban Kerja, Dukungan Sosial Teman Sebaya

Tabel 8  
Hasil Uji Regresi Berganda Nilai Koefisien Beta dan Nilai T

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	114,428	8,884		12,880	0,000
Kontrol Diri	-0,637	0,113	-0,404	-5,655	0,000
Beban Kerja	0,363	0,062	0,401	5,846	0,000
Dukungan Sosial Teman Sebaya	-0,122	0,045	-0,189	-2,690	0,008

Tabel 9  
Rangkuman Hasil Uji Hipotesis Penelitian

No	Hipotesis	Hasil
1	Hipotesis Mayor: Kontrol diri, beban kerja dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja <i>part time</i>	Hipotesis Alternatif Diterima
2	Hipotesis Minor: a. Kontrol diri memiliki hubungan negatif langsung dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja <i>part time</i> b. Beban kerja memiliki hubungan positif langsung dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja <i>part time</i> c. Dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan negatif langsung dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Udayana yang bekerja <i>part time</i>	Hipotesis Alternatif Diterima Hipotesis Alternatif Diterima Hipotesis Alternatif Diterima