

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PKU IPB UNIVERSITY

ATIKA NUR FATHARANI



**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PKU IPB University” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, 10 Agustus 2026

Atika Nur Fatharani
I2401211026

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

ATIKA NUR FATHARANI. Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PKU IPB University. Dibimbing oleh NETI HERNAWATI.

Mahasiswa tahun pertama rentan mengalami prokrastinasi akademik akibat meningkatnya tuntutan akademik pada masa transisi ke pendidikan tinggi. Prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu *self-regulated learning* (SRL), dan faktor eksternal, yaitu dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh karakteristik mahasiswa, karakteristik keluarga, dukungan sosial, dan SRL terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Pendidikan Kompetensi Umum (PKU) IPB University. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* pada 193 responden yang dipilih melalui *voluntary sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner daring dan dianalisis dengan statistik deskriptif, uji korelasi Spearman, dan regresi linear berganda. Sebagian besar mahasiswa memiliki dukungan sosial tinggi, SRL sedang, dan prokrastinasi akademik rendah. Pendapatan orang tua berhubungan positif dengan dukungan sosial, sedangkan lama pendidikan ayah dan ibu berhubungan negatif dengan SRL. Dukungan sosial berhubungan positif dengan SRL dan SRL berhubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Jenis kelamin, uang saku per bulan, besar keluarga, dukungan sosial, dan SRL berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Kata kunci: dukungan sosial, mahasiswa PKU, prokrastinasi akademik, SRL

ABSTRACT

ATIKA NUR FATHARANI. The Influence of Social Support and *Self-regulated learning* on Academic Procrastination of PKU Students at IPB University. Supervised by NETI HERNAWATI.

First-year students are vulnerable to academic procrastination due to increasing academic demands during the transition to higher education. Academic procrastination can influence by internal factors, namely *self-regulated learning* (SRL), and external factors, namely social support. This study examined the effects of student and family characteristics, social support, and SRL on academic procrastination among PKU students at IPB University. A cross-sectional study involved 193 students selected through voluntary sampling. Data were collected via an online questionnaire and analyzed using descriptive statistics, Spearman's correlation, and multiple linear regression. Most students had high social support, moderate SRL, and low academic procrastination. Parental income was positively associated with social support, whereas parental education was negatively associated with SRL. Social support was positively associated with SRL, whereas SRL was negatively associated with academic procrastination. Gender, monthly allowance, family size, social support, and SRL significantly predicted academic procrastination.

Keywords: academic procrastination, first-year college students, social support, SRL



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026¹
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA PKU IPB UNIVERSITY

ATIKA NUR FATHARANI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Dr. Alfiasari, S.P., M.Si.
2. Ismayanti Pratiwi., S.Si., M.Si.



Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PKU IPB University
Nama : Atika Nur Fatharani
NIM : I2401211026

Disetujui oleh

Pembimbing:
Dr. Neti Hernawati, S.P., M.Si.
NIP 197901042005012002

Diketahui oleh

Ketua Program Studi
Ilmu Keluarga dan Konsumen:
Dr. Alfiasari, S.P., M.Si.
NIP 198112182006042015

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi Manusia:
Prof. Dr. Megawati Simanjuntak. S.P., M.Si.
NIP 197211032005012002

Tanggal Ujian: 10 Agustus 2026

Tanggal Lulus:



PRAKATA

Puji dan syukur dipanjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Regulated Learning* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PKU IPB University”. Penulisan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi syarat kelulusan Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan doa dan dukungan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Pertama, penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Neti Hernawati, S.P.,M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah mendukung dan memberikan perhatian serta waktunya dalam membersamai selesainya skripsi ini. Kedua, Almh. Dr. Ir. Herien Puspitawati, M.Sc. dan Nur Islamiah, S.Psi., M.Psi., Ph.D. selaku dosen penggerak akademik yang telah memberikan bimbingan akademik sejak memasuki Program Studi hingga saat ini. Ketiga, Dr. Alfiasari, S.P.,M.Si., selaku dosen moderator kolokium dan dosen penguji, Dr. Defina, S.S., M.Si. selaku dosen moderator seminar hasil, dan juga Ismayanti Pratiwi., S.Si., M.Si. selaku dosen penguji yang telah memberikan evaluasi, kritik, dan saran dalam penyempurnaan skripsi ini. Keempat, penulis juga berterima kasih kepada seluruh dosen dan staf Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen yang telah memberikan ilmu pengetahuan serta bantuan selama penulis menempuh perkuliahan di IKK. Kelima, penulis mengucapkan terima kasih kepada Mahasiswa Pendidikan Kompetensi Umum (PKU) tahun akademik 2025/2026 IPB University yang telah memberikan waktu, energi, dan kesediannya sebagai responden pada penelitian ini.

Terima kasih yang tak ternilai penulis sampaikan kepada orang tua dan adik yang senantiasa memberikan doa dan dukungan terbaik, Bapak Muh, Ibu Tini, Rian dan Fachri, dan keluarga besar yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada sahabat terdekat, Nisya, Mutia, Mimi, Dita, Alpha, Karin, dan Rere yang senantiasa mendengarkan cerita dan mendukung penulis selama penyelesaian skripsi ini. Terima kasih juga untuk teman-teman IKK 58 dan teman-teman bimbingan yaitu Dafinah, Della, Hani, Muty, Fara, Wulan, Rena, Manda, Rahma, dan Hami serta adik-adik asrama IPB 60 dan rekan kerja yang telah membersamai penulis selama perkuliahan ini.

Terima kasih kepada diri sendiri atas kesabaran, ketekunan, dan keberanian untuk bangkit dan terus melangkah sehingga berhasil menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Terima kasih kepada *my future husband* yang tertulis di *lauhul mahfudz* karena telah menjadi salah satu sumber motivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu usaha memantaskan diri untuk menuju jalan dan pertemuan yang telah ditakdirkan (*union*). Semoga ketika takdir mempertemukan kita, aku dan kamu telah menjadi pribadi dengan versi terbaik yang layak untuk saling membersamai dan membahagiakan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan dan kesalahan. Namun, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan berbagai pihak yang telah membaca.

Bogor, Agustus 2026

Atika Nur Fatharani



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR LAMPIRAN

I	PENDAHULUAN	1
1.1	Latar Belakang	1
1.2	Rumusan Masalah	3
1.3	Tujuan Penelitian	5
1.4	Manfaat Penelitian	5
II	TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1	Mahasiswa	6
2.2	Teori Sosial Kognitif	7
2.3	Prokrastinasi Akademik	10
2.4	Dukungan Sosial	11
2.5	<i>Self-Regulated Learning</i>	13
2.6	Manajemen Waktu (<i>Time Management</i>)	16
2.7	Hubungan Antarvariabel	17
2.7.1	Hubungan Karakteristik Mahasiswa, Karakteristik Keluarga, dan Dukungan Sosial	17
2.7.2	Hubungan Karakteristik Mahasiswa, Karakteristik Keluarga, dan <i>Self-Regulated Learning</i>	18
2.7.3	Hubungan Karakteristik Mahasiswa, Karakteristik Keluarga, dan Prokrastinasi Akademik	19
2.7.4	Hubungan Dukungan Sosial dan <i>Self-Regulated Learning</i>	20
2.7.5	Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik	21
2.7.6	Pengaruh <i>Self-Regulated Learning</i> terhadap Prokrastinasi Akademik	21
2.8	Kerangka Pemikiran	22
III	METODE	26
3.1	Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	26
3.2	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Contoh	26
3.3	Teknik Pengumpulan Data	27
3.4	Pengolahan dan Analisis Data	29
3.5	Definisi Operasional	31
IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	34
4.1	Hasil	34
4.1.1	Karakteristik Mahasiswa	34
4.1.2	Karakteristik Keluarga	36
4.1.3	Dukungan Sosial	39
4.1.4	<i>Self-Regulated Learning</i>	41
4.1.5	Prokrastinasi Akademik	43



4.1.6 Hubungan Karakteristik Mahasiswa dan Keluarga, Dukungan Sosial, <i>Self-Regulated Learning</i> , dan Prokrastinasi Akademik	45
4.1.7 Pengaruh Dukungan Sosial dan <i>Self-Regulated Learning</i> terhadap Prokrastinasi Akademik	46
4.2 Pembahasan	47
SIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Simpulan	54
5.2 Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	66
RIWAYAT HIDUP	73

DAFTAR TABEL

1	Variabel, skala data, dan skala jawaban kuesioner	29
2	Sebaran contoh berdasarkan usia	34
3	Sebaran contoh berdasarkan klaster PKU	35
4	Sebaran contoh berdasarkan tempat tinggal	35
5	Sebaran contoh berdasarkan uang saku per bulan	36
6	Sebaran contoh berdasarkan usia ayah dan ibu	37
7	Sebaran contoh berdasarkan lama pendidikan ayah dan ibu	38
8	Sebaran contoh berdasarkan besar keluarga	38
9	Sebaran contoh berdasarkan pendapatan orang tua per bulan	39
10	Sebaran contoh berdasarkan variabel dukungan sosial, nilai rata rata, dan minimum-maksimum	40
11	Sebaran contoh berdasarkan variabel <i>self-regulated learning</i> , nilai rata-rata, dan minimum-maksimum	43
12	Sebaran contoh berdasarkan variabel prokrastinasi akademik, nilai rata-rata, dan minimum-maksimum	44
13	Hubungan antara karakteristik mahasiswa, karakteristik keluarga, dukungan sosial, <i>self-regulated learning</i> , dan prokrastinasi akademik	45
14	Pengaruh karakteristik mahasiswa, karakteristik keluarga, dukungan sosial, <i>self-regulated learning</i> , terhadap prokrastinasi akademik	46
15	Pengaruh karakteristik mahasiswa, karakteristik keluarga, dukungan sosial, <i>self-regulated learning</i> , terhadap prokrastinasi akademik (Lanjutan)	47

DAFTAR GAMBAR

1	Gambar 1 Kerangka pemikiran	24
2	Gambar 2 Sebaran contoh berdasarkan jenis kelamin	35

DAFTAR LAMPIRAN

1	Lampiran 1 Hasil uji normalitas	67
2	Lampiran 2 Hasil uji multikolenerialitas	68
3	Lampiran 3 Hasil uji heteroskedastisitas	69
4	Lampiran 4 Sebaran jawaban kuesioner dukungan sosial	70
5	Lampiran 5 Sebaran jawaban kuesioner <i>self-regulated learning</i>	71
6	Lampiran 6 Sebaran jawaban kuesioner prokrastinasi akademik	72