

## **ABSTRAK**

Lina Natalya (5090818)

### ***NOTHING IS IMPOSSIBLE***

## **PENGARUH KECEMASAN TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK**

Skripsi program gelar jenjang Sarjana Strata 1

Fakultas Psikologi Universitas Surabaya

Laboratorium Psikologi Umum (2013)

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan seseorang untuk menunda-nunda mengerjakan tugas-tugas akademik yang seharusnya dikerjakan sampai tidak ada lagi waktu untuk menunda. Banyak alasan yang membuat seseorang akhirnya memutuskan untuk melakukan prokrastinasi. Salah satu alasannya adalah kecemasan. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen *pretest-posttest control group design non-randomized*. Subjek penelitian adalah semua mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah Penyusunan Alat Ukur pada semester genap tahun ajaran 2011/2012. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah kecemasan yang ditimbulkan oleh tugas berpengaruh pada perilaku prokrastinasi mahasiswa tersebut. Penelitian ini mengkajinya dengan *Temporal Motivation Theory* (TMT) (Steel, 2007). Penelitian ini menggunakan *Pure Procrastination Scale* (PPS) dan jam pengumpulan tugas untuk mengukur tingkat prokrastinasinya, sedangkan untuk kecemasan digunakan skala yang terdiri atas 22 butir pernyataan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dan prokrastinasi akademik ( $r = 0,417$  ;  $p = 0,000$ ). Terbukti pada kelompok eksperimen seseorang yang cemas lebih memilih untuk segera mengerjakannya, sedangkan pada kelompok kontrol terbukti seseorang yang cemas lebih memilih untuk melakukan penundaan.

*Kata kunci:* prokrastinasi, kecemasan, eksperimen.