

GAMBARAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI KABUPATEN KARAWANG

Ayu Pratiwi

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

[Email : ps17.ayupratiwi@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:ps17.ayupratiwi@mhs.ubpkarawang.ac.id)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Kabupaten Karawang. Prokrastinasi akademik, yang merujuk pada kebiasaan menunda-nunda tugas akademik, merupakan fenomena yang umum di kalangan mahasiswa dan dapat menghambat pencapaian prestasi akademik serta meningkatkan tingkat stres. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain survei, melibatkan 100 mahasiswa sebagai sampel yang dipilih melalui teknik accidental sampling. Instrumen yang digunakan adalah skala prokrastinasi akademik dengan model Likert. Hasil analisis menunjukkan bahwa data terdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0,200 ($p < 0,05$). Temuan ini memberikan gambaran tentang tingkat kecenderungan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa serta menyoroti pentingnya intervensi yang efektif, seperti pelatihan manajemen waktu dan teknik peningkatan motivasi, untuk mengurangi perilaku menunda-nunda ini. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program-program yang dapat membantu mahasiswa mengatasi prokrastinasi dan meningkatkan kinerja akademik mereka.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa, Studi Deskriptif



KARAWANG

**DESCRIPTION OF ACADEMIC PROCRASTINATION IN COLLAGE STUDENT IN
KARAWANG DISTRICT**

Ayu Pratiwi

Faculty of Psychology Universitas Buana Perjuangan Karawang

[Email : ps17.ayupratiwi@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:ps17.ayupratiwi@mhs.ubpkarawang.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to describe academic procrastination behavior among university students in Karawang Regency. Academic procrastination, which refers to the habit of procrastinating academic tasks, is a common phenomenon among college students and can hinder academic achievement and increase stress levels. This study used a descriptive quantitative approach with a survey design, involving 100 students as samples selected through accidental sampling technique. The instrument used was an academic procrastination scale with a Likert model. The results of the analysis showed that the data were normally distributed with a significance value of 0.200 ($p < 0.05$). The findings provide an overview of the level of academic procrastination tendencies among university students and highlight the importance of effective interventions, such as time management training and motivation enhancement techniques, to reduce this procrastination behavior. It is hoped that this research can serve as a basis for the development of programs that can help college students overcome procrastination and improve their academic performance.

Keywords: Academic Procrastination, Student, descriptive study

KARAWANG