

PENGARUH SELF-REGULATION DAN SELF-EFFICACY TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA DIMASA PANDEMI COVID-19

Qothrunnada Abriliah
Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Perkuliahan daring yang dilakukan saat ini pada masa pandemi *Covid-19* sangat memengaruhi kebiasaan mahasiswa terutama kebiasaan dalam melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan untuk menunda tugas yang biasanya dilakukan secara sengaja dan berulang. Kemampuan *self-regulation* merupakan kemampuan individu dalam menentukan perilakunya dalam memulai, melanjutkan, dan menyelesaikan tugas. Oleh karena itu, *self-regulation* dibutuhkan untuk membantu mahasiswa mengurangi kebiasaan dalam menunda pekerjaan, selain *self-regulation*, *self-efficacy* juga memiliki peran penting bagi mahasiswa untuk yakin dengan kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan tugas. Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik akan memilih tindakan yang mendukung dalam meraih suatu tujuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antar *self-regulation* dan *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan regresi linear berganda dengan teknik *quota sampling*. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa reguler 1 Universitas Mercu Buana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulation* dan *self-efficacy* memengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersamaan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi berbagai pihak untuk dijadikan pengetahuan tambahan mengenai fenomena *Prokrastinasi Akademik*.

Kata Kunci : *Self-regulation*, *Self-efficacy*, Prokrastinasi Akademik, Pandemi Covid-19

**PENGARUH SELF-REGULATION DAN SELF-EFFICACY TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA DIMASA PANDEMI COVID-
19**

Qothrunnada Abriliah

Universitas Mercu Buana

ABSTRACT

Online lectures that are currently being conducted during the Covid-19 pandemic have greatly influenced student habits, especially the habit of doing academic procrastination. Academic procrastination is the habit of delaying tasks that are usually done intentionally and repeatedly. Self-regulation ability is an individual's ability to determine his behavior in starting, continuing, and completing tasks. Therefore, self-regulation is needed to help students reduce the habit of procrastinating work, in addition to self-regulation, self-efficacy also has an important role so that students are confident in their abilities in completing assignments. Students who have good self-efficacy will choose actions that support them in achieving a goal. This study aims to determine the effect of self-regulation and self-efficacy on academic procrastination. The research design used in this study used multiple linear regression with quota sampling technique. The subjects in this study were regular students 1 Mercu Buana University. The results showed that self-regulation and self-efficacy had an effect on student academic procrastination, both individually and simultaneously. This research is expected to be a reference for various parties to serve as additional knowledge about the phenomenon of Academic Procrastination.

Kata Kunci : *Self-regulation, Self-efficacy, Academic Procrastination, Covid-19 Pandemic*