

**PENGARUH RESILIENSI DAN MOTIVASI AKADEMIK TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU
BUANA**

Cesara Bunga Sintya Crisma
46119010028
Dr. Istiqomah, M.Si
Fakultas Psikologi
Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Mahasiswa yang tidak dapat mengatur waktunya dengan baik akan terjebak dengan penumpukan tugas kuliah hingga akhirnya menyelesaikan tugas sesuai batas pengumpulan waktu tugas. Penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap tugas-tugas perkuliahannya disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah perilaku yang menunda-nunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik yang dilakukan dengan sengaja dan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan. Dalam menyikapi perilaku prokrastinasi dan permasalahan-permasalahan pada tugas akademik, mahasiswa membutuhkan kemampuan untuk bertahan dan mengatasi tantangan, hal ini dinamakan resiliensi. Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk melewati, mengatasi, dan kembali pada keadaan semula setelah mengalami kejadian yang penuh tekanan. Faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah motivasi akademik, Motivasi akademik didefinisikan sebagai proses internal yang mendorong aktivitas untuk mencapai tujuan pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh resiliensi dan motivasi akademik terhadap prokratinasi akademik pada mahasiswa Universitas Mercu Buana. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 331 mahasiswa Universitas Mercu Buana. Metode analisis data menggunakan Regresi Linear Beraganda dengan Teknik *Propotional Sampling*. Hasil yang didapatkan dalam penelitian menunjukkan bahwa resiliensi dan motivasi akademik mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa baik secara sendiri-sendiri maupun secara bersamaan. Penelitian ini diharapkan sebagai acuan bagi berbagai pihak untuk dijadikan pengetahuan tambahan mengenai fenomena prokrastinasi akademik.

Kata kunci: Resiliensi, Motivasi Akademik, Prokrastinasi Akademik

**THE INFLUENCE OF RESILIENCE AND ACADEMIC MOTIVATION ON
ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG STUDENTS
OF MERCU BUANA UNIVERSITY**

Cesara Bunga Sintya Crisma
46119010028
Dr. Istiqomah, M.Si
Faculty of Psychology Mercu Buana University

ABSTRACT

Students who cannot manage their time effectively often find themselves trapped in an accumulation of coursework tasks until they eventually complete assignments right before the deadline. The act of postponing academic tasks is referred to as academic procrastination. Academic procrastination is a behavior characterized by intentionally delaying the initiation or completion of academic tasks and choosing to engage in other activities perceived as more enjoyable. In responding to procrastination behavior and academic task-related issues, students require the ability to endure and overcome challenges, known as resilience. Resilience is an individual's capacity to navigate, cope with, and return to their original state after undergoing stressful events. One of the influencing factors on resilience is academic motivation, which is defined as an internal process that drives activities toward achieving learning goals. This research aims to determine whether there is an influence of resilience and academic motivation on academic procrastination among students of Mercu Buana University. The sample for this study consisted of 331 students from Mercu Buana University. The data analysis method employed Multiple Linear Regression with Proportional Sampling Technique. The findings of the study indicate that both resilience and academic motivation independently and collectively influence students' academic procrastination. This research is expected to serve as a reference for various parties to gain additional insights into the phenomenon of academic procrastination.

Keywords: Resilience, Academic Motivation, Academic Procrastination