



**HUBUNGAN KECEMASAN AKADEMIK DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA**



**SKRIPSI**

**MUTIARA HAFIZHA DEYA**

**46121010098**

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2025**



**HUBUNGAN KECEMASAN AKADEMIK DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana**

**MUTIARA HAFIZHA DEYA**

**46121010098**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2025**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutiara Hafizha Deya  
NIM : 46121010098  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA  
Jakarta, 10 Februari 2025



Mutiara Hafizha Deya


## HALAMAN PENGESAHAN


Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Mutiara Hafizha Deya  
NIM : 46121010098  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog (  )  
NIDN : 0330018602

Ketua Penguji : Dian Misrawati, M.Psi., Psikolog (  )  
NIDN : 1021118602

Penguji 1 : Riblita Damayanti, M.Psi., Psikolog (  )  
NIDN : 0328128702

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 10 Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Hubungan Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana”. Tugas akhir ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- a. Ibu Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
- b. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
- c. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
- d. Ibu Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan saran selama proses penyusunan tugas akhir.
- e. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Universitas Mercu Buana yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan, bimbingan yang diberikan selama kuliah kepada saya.
- f. Kedua orangtua saya Ibu Dessy Aristina dan Bapak Jaya Putra yang selalu mendoakan, memberi perhatian, motivasi, nasihat serta dukungan baik secara moral maupun finansial.
- g. Kakak saya Naura Qaniya Savitri yang telah memberikan perhatian, dorongan, dan kehadiran yang selalu menguatkan saya untuk terus maju dan menyelesaikan setiap tantangan yang ada, dukungan dan nasihatnya menjadi sumber inspirasi yang berharga bagi saya.

- h. Nenek saya Syafriah Husein yang selalu mendoakan, memberikan perhatian, kasih sayang, dan bantuan secara finansial.
- i. Terima kasih kepada Siti Mutiara Azzahra selaku sahabat saya yang telah menjadi bagian tak tergantikan dalam perjalanan hidup saya yang telah membantu dalam segala aspek kehidupan, yang telah membantu saya bangkit dalam keadaan terpuruk dan selalu memberikan canda tawa yang tak terlupakan.
- j. Terima kasih kepada Chanakya Diefta Zahry selaku teman kuliah yang selalu memberikan dukungan, baik dalam bentuk motivasi, diskusi, maupun bantuan praktis lainnya dalam penyusunan skripsi ini.
- k. Terima kasih kepada Intan Nursyifa Samosir selaku sahabat saya yang selalu menemani saya dalam keadaan suka maupun duka, membantu saya terus menjalani hidup ketika saya dalam keadaan terpuruk.
- l. Terima kasih kepada Amodya Dahayu Nafira, Myranda Gardenia Chairul, dan Layyina Arifah Shabira selaku sahabat saya yang telah memberikan saya dukungan secara emosional yang sudah menjadi rumah bagi saya.
- m. Terima kasih kepada Maulidia Kotrunnada, Alifa Aura Salsabila, Muhammad Fauzan Ilham, dan Herfany Alya Raihan selaku teman-teman kuliah saya yang sudah memberikan dukungan, baik dalam bentuk motivasi, diskusi, maupun bantuan praktis lainnya, menemani saya di setiap langkah untuk terus maju dalam dunia pendidikan maupun pertemanan.
- n. Terima kasih kepada Fattan Fayyaz Faheem dan Ripan Julian selaku teman saya yang memberikan saya motivasi dan memastikan keadaan saya baik-baik saja.
- o. Terima kasih kepada Sultan Aziz Rahman Wijaya Lubis yang sudah memberikan motivasi dalam pengerjaan Tugas Akhir, menemani hari-hari saya, dan menjadi bagian dari “*someone to talk*” untuk saya.
- p. Kepada seseorang yang saya tidak bisa sebutkan namanya, terima kasih atas pelajaran hidup yang sangat berharga, mengajarkan untuk terus berkembang, bersosialisasi, ikhlas atas apa yang sudah terjadi, berdamai dengan diri sendiri

maupun keadaan, terus melangkah maju agar tidak tenggelam dalam masalah yang sudah membuat saya kehilangan diri sendiri.

- q. *Last but not least*, terima kasih kepada diri sendiri karena sudah mampu bertahan hingga sejauh ini, terus berusaha untuk tetap melangkah ke depan walaupun melewati proses yang cukup sulit, yang memiliki berbagai mimpi walaupun terkadang sering mengalami *relapse* namun tetap mampu mengontrol emosi dengan cukup baik, melewati *recovery* yang saya tidak menduga saya mampu melewatinya.

Akhir kata, penulis berharap Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, khususnya dalam bidang Psikologi, segala saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan.

Jakarta, 10 Februari 2025

Mutiara Hafizha Deya



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mutiara Hafizha Deya  
NIM : 46121010098  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi  
Akademik pada Mahasiswa Universitas Mercu  
Buana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 10 Februari 2025  
Yang menyatakan,  
  
Mutiara Hafizha Deya



## ABSTRAK

Nama : Mutiara Hafizha Deya  
NIM : 46121010098  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana  
Pembimbing : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Mercu Buana. Metode yang digunakan adalah penelitian asosiatif korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*, dengan total 375 responden dari populasi mahasiswa aktif Universitas Mercu Buana. Instrumen yang digunakan meliputi *Academic Procrastination Scale* (McCloskey, 2011) dan Skala Kecemasan Akademik (Holmes, 1991). Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Analisis deskriptif menunjukkan mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kecemasan akademik (56%) dan prokrastinasi akademik (72.3%) dalam kategori sedang.

**Kata kunci:** Kecemasan Akademik, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## ***ABSTRACT***

Name : Mutiara Hafizha Deya  
NIM : 46121010098  
Study Program : Psikologi  
Thesis Title : The Relationship between Academic Anxiety  
And Academic Procrastination among Mercu  
Buana University Students  
Supervisor : Fatma Nur Aqmarina, M.Psi., Psikolog

*This study aims to determine the relationship between academic anxiety and academic procrastination among Mercu Buana University students. The method used is correlational associative research with a quantitative approach. The sampling technique used accidental sampling, with a total of 375 respondents from the active student population of Mercu Buana University. The instruments used included the Academic Procrastination Scale (McCloskey, 2011) and Academic Anxiety Scale (Holmes, 1991). The results showed no significant relationship between academic anxiety and academic procrastination among students. Descriptive analysis showed that the majority of students had moderate levels of academic anxiety (56%) and academic procrastination (72.3%).*

***Keywords: Academic Anxiety, Academic Procrastination, University Students***

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Rumusan Masalah.....</b>	<b>8</b>
<b>1.3 Tujuan Penelitian .....</b>	<b>8</b>
<b>1.4 Manfaat Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
<b>2.1 Prokrastinasi Akademik .....</b>	<b>10</b>
<b>2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik.....</b>	<b>10</b>
<b>2.1.2 Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik.....</b>	<b>12</b>
<b>2.1.3 Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik .....</b>	<b>13</b>
<b>2.2 Kecemasan Akademik.....</b>	<b>14</b>
<b>2.2.1 Definisi Kecemasan Akademik .....</b>	<b>14</b>
<b>2.2.2 Aspek-Aspek Kecemasan Akademik .....</b>	<b>15</b>
<b>2.2.3 Faktor-Faktor Kecemasan Akademik.....</b>	<b>16</b>

2.3 Penelitian Terdahulu .....	17
2.4 Dinamika Hubungan Kecemasan Akademik dan Prokrastinasi Akademik .....	25
2.5 Kerangka Berpikir .....	26
2.6 Hipotesis Penelitian .....	27
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
3.1 Desain Penelitian .....	28
3.2 Variabel Penelitian .....	28
3.3 Populasi dan Sampel .....	28
3.3.1 Populasi .....	28
3.3.2 Sampel .....	28
3.4 Definisi Operasional .....	29
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	29
3.5.1 Skala Pengumpulan .....	29
3.6 Instrumen Penelitian .....	30
3.6 Validitas dan Reliabilitas .....	32
3.6.1 Validitas .....	32
3.6.2 Reliabilitas .....	34
3.7 Analisis Data .....	35
3.7.1 Analisis Deskriptif .....	35
3.7.2 Analisis Inferensial .....	35
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
4.1 Gambaran Umum Subjek .....	38
4.2 Analisis Deskriptif .....	40
4.3 Hasil Uji Asumsi Klasik .....	42
4.4 Uji Hipotesis .....	43

4.5 Uji Tambahan .....	45
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
5.1 Kesimpulan .....	54
5.3 Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>59</b>



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....</b>	<b>30</b>
<b>Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Skala Likert Kecemasan Akademik.....</b>	<b>44</b>
<b>Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Skala Likert Prokrastinasi Akademik .....</b>	<b>44</b>
<b>Tabel 3.3 Blueprint Skala Prokrastinasi Akademik.....</b>	<b>28</b>
<b>Tabel 3.4 Blueprint Skala Kecemasan Akademik .....</b>	<b>45</b>
<b>Tabel 3.5 Uji Try Out Validitas Kecemasan Akademik .....</b>	<b>45</b>
<b>Tabel 3.6 Hasil Uji Try Out Validitas Prokrastinasi Akademik.....</b>	<b>46</b>
<b>Tabel 3.7 Perbandingan Reliabilitas dan Jumlah Item .....</b>	<b>47</b>
<b>Tabel 4.1 Jenis Kelamin Responden .....</b>	<b>52</b>
<b>Tabel 4.2 Semester Responden .....</b>	<b>53</b>
<b>Tabel 4.3 Fakultas Responden.....</b>	<b>53</b>
<b>Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif.....</b>	<b>39</b>
<b>Tabel 4.5 Kategorisasi Hipotetik dan Empirik Prokrastinasi Akademik ....</b>	<b>39</b>
<b>Tabel 4.6 Kategorisasi Hipotetik dan Empirik Variabel Kecemasan Akademik.....</b>	<b>40</b>
<b>Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas .....</b>	<b>55</b>
<b>Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas.....</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi.....</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi antar Dimensi .....</b>	<b>58</b>
<b>Tabel 4.11 Uji Korelasi Antar Multidimensi.....</b>	<b>58</b>
<b>Tabel 4.12 Uji Tambahan Data Demografi Kecemasan Akademik.....</b>	<b>59</b>
<b>Tabel 4.13 Uji Tambahan Demografi Prokrastinasi Akademik.....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	28
-----------------------------------	----

