

**Peran Kecemasan terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Mediasi
*Self-Compassion***

Rahma Millenniasary, Muhana Sofiati Utami

Fakultas Psikologi UGM

Abstrak

Selama proses perkuliahan mahasiswa dihadapkan dengan berbagai bentuk tugas guna mengetahui sejauh mana pemahaman mahasiswa. Namun kenyataannya beberapa mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi yang dapat berakibat pada penurunan dalam kuantitas dan kualitas tugas. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki bagaimana peran kecemasan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan *self-compassion* sebagai mediator. Partisipan penelitian ini sebanyak 212 mahasiswa Universitas Gadjah Mada dengan usia rata-rata 20 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam model ini adalah *Spielberger Trait Anxiety Inventory-Trait Form Y-2* (STAI-T), *Procrastination Assessment Scale-Student* (PASS), dan *Self-Compassion Scale* (SCS). Berdasarkan analisis regresi model mediasi sederhana menunjukkan bahwa peran kecemasan terhadap prokrastinasi akademik tidak dimediasi oleh *self-compassion*. Hasil uji komparasi *independent sample t-test* menunjukkan tidak adanya perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin, sedangkan perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dan *self-compassion* yang lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki.

Kata kunci : prokrastinasi akademik, kecemasan, *self-compassion*, mahasiswa

Abstract

Students are faced with various forms of assignments during the lecture process to observe students' understanding. In contrast, many students engage in procrastination behavior, resulting in a decrease in the quantity and quality of their assignments. In the present study, we examined the role of anxiety on academic procrastination in students with self-compassion as a mediator. The participants of this study were 212 Gadjah Mada University students with an average age of 20 years. The measuring instruments used in this model are The Spielberger Trait Anxiety Inventory-Trait Form Y-2 (STAI-T), The Procrastination Assessment Scale-Student (PASS), and the Self-Compassion Scale (SCS). Based on the regression analysis of the mediation model, results revealed that the role of anxiety in academic procrastination is not mediated by self-compassion, and there are differences in levels of anxiety and self-compassion in terms of gender and academic procrastination do not show any difference when viewed by gender.

Key word : academic procrastination, anxiety, self-compassion, college student