

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK TERHADAP PROKRASITINASI
AKADEMIK DALAM Pengerjaan SKRISPI PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN
UNIVERSITAS RIAU**

Fitri Rabika Zariyati Putri¹, Arneliwati², Nopriadi³

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Email: fitri.rabika3737@student.unri.ac.id

Abstract

Student's academic stress in working on their thesis has something to do with their behavior, which is academic procrastination. The purpose of this study was to determine the correlations between academic stress and academic procrastination in the research work for Nursing students at the University of Riau. This study used a descriptive correlation design and a cross-sectional approach. The research sample was 120 respondents based on inclusion criteria using a total sampling technique. The data analysis using simple descriptive presented in the frequency distribution table and bivariate analysis using the chi-square test. The measuring instrument academic stress questionnaire consisting of 15 statements that have been tested for validity with r count $0.459-0.895 > r$ table (0.444) , and the academic procrastination questionnaire consisting of 18 statements that have been tested valid with r count $0.446-0.795 > r$ table (0.444) . Questioner distributed via goggle form. The result of study indicate that the majority of students experience academic stress in the category of being in the process of working on their research $(77,5)$ and low academic procrastination behavior $(51,7)$. the result of the square test show that there is a correlation between academic stress and the level of student academic procrastination with p value $(0,005) < \alpha$ $(0,05)$. Academic procrastination. This research is expected to be a source of information for students to be more enthusiastic in working on their research and be able to complete their thesis well, and also thereby reducing students academic procrastination behavior.

Keywords: *College Student, Akademik procrastination, Akademik Stress, research.*

PENDAHULUAN

Stres akademik menjadi topik yang menarik setiap tahun diperguruan tinggi. Mahasiswa sebagai anggota civitas akademika dipandang sebagai manusia dewasa yang memiliki kesadaran yang tinggi dalam mengembangkan kemampuan dirinya di Perguruan Tinggi agar dapat menjadi intelektual, ilmunan, praktisi, dan dapat menjadi seseorang yang professional. Dalam mengembangkan dirinya, mahasiswa melakukan pembelajaran, pencarian kebenaran ilmiah, pengembangan, dan pengalaman suatu cabang Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Ristekdikti, 2016).

Penelitian mengenai tingkat stres pada mahasiswa sesuai pilihan fakultas mereka telah dilakukan pada beberapa Universitas didunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% (Habeb, 2010). Stres akademik juga dipengaruhi oleh tingkat semester yang sedang ditempuh oleh mahasiswa (Augesti, Saputra, Nisa 2015).

Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Tuntutan, dorongan, maupun keinginan dari pihak ini akan mempengaruhi motivasi mahasiswa dalam memandang penyelesaian studi sesuai batas waktu yang ditentukan atau tidak. Kedudukan penyusunan skripsi ditegaskan pada pasal 16 ayat (1) yaitu ujian skripsi diadakan dalam rangka penilaian hasil belajar pada akhir studi untuk memperoleh gelar sarjana.

Selama proses mengerjakan skripsi mahasiswa ditantang dan dilatih untuk melakukan serangkaian kegiatan yang bersifat ilmiah yang menguji suatu teori dan memecahkan suatu permasalahan dengan pola pikir yang kritis (Susane, 2017). Stres dalam mengerjakan skripsi terjadi apabila kemampuan mahasiswa lebih kecil dibandingkan beban yang diterimanya pada saat mengerjakan skripsi (Helpiyani dkk, 2019). Dampak yang dihasilkan dari stres

mengerjakan skripsi pun beragam mulai dari hal yang ringan, seperti sakit kepala, dan tidak memiliki nafsu makan, hingga pada hal yang paling fatal yaitu bunuh diri (Rahmawati, Mandagi, & Rattu, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Helpiyani dkk (2019) yang dilakukan terhadap 75 orang mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Riau tentang stres akademik mahasiswa dalam menyusun skripsi ditemukan sebanyak 38 orang (50,7%) mengalami stres akademik berat dan (49,3%) orang mengalami stres akademik sedang.

Dengan proses pengerjaan skripsi yang lama mahasiswa merasa jenuh dan melakukan penundaan pengerjaan. Kecenderungan untuk menunda dalam melaksanakan suatu aktivitas disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan masalah pengelolaan diri, termasuk manajemen waktu dan penentuan prioritas. Akibat dari prokrastinasi membawa kerugian yang tidak sedikit bagi para pelaku prokrastinasi dan juga orang lain yang berada disekitarnya (Fauziah, 2016). Dalam kaitannya dengan lingkup akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda-nunda tugas-tugas akademik sampai batas akhir waktu yang tersedia

Berdasarkan studi pendahuluan dilakukan oleh penulis pada bulan maret kepada mahasiswa keperawatan Universitas Riau angkatan 2017 dengan metode wawancara tidak langsung melalui media *whatsapp* dan juga observasi didapatkan 5 dari 10 mahasiswa mengalami stres akademik tingkat tinggi dengan beban akademik yang harus menyelesaikan tugas akhir dalam deadline yang sesingkat-singkatnya dan tuntutan lulus tepat waktu dengan keluhan menurunnya kualitas tidur, sakit kepala, merasa lelah, cemas, sering merasa gelisah, tidak selera makan dan 3 dari 5 kemudian peneliti melakukan obeservasi terhadap mahasiswa yang melakukan penundaan pengerjaan (prokrastinasi akademik) bahkan ingin berhenti mengerjakan skripsi. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang adakah hubungan stres akademik terhadap prokrastinasi akademik dalam pengerjaan skripsi pada mahasiswa Keperawatan Universitas Riau.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi dengan menggunakan teknik pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau angkatan A 2017 berjumlah 170 orang dengan teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling yaitu semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel (Sugiyono, 2014). Alat pengumpul data yang digunakan pada penelitian ini yaitu berupa kuesioner yang terdiri dari data demografi atau karakteristik responden, kuesioner stres akademik, dan kuesioner tingkat prokrastinasi akademik.

Analisis data merupakan pemecahan masalah dengan mengolah data secara manual ataupun sistem komputer untuk ditarik kesimpulan (Notoatmodjo, 2018). Analisis yang di pergunakan dalam penelitian ini analisis univariate dan bivariate. Analisis univariat dalam suatu penelitian ini meliputi, nama, jenis kelamin, tingkat stres akademik, dan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa dalam pengerjaan skripsi. Analisis bivariat pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (stres akademik) dengan variabel dependent (prokrastinasi akademik).

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis kelamin.		
Laki-laki.	8	93,4
Perempuan.	112	6.6
Jumlah	120	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa jenis kelamin dari responden sebagian besar adalah perempuan dengan jumlah 112 orang (93,4%).

Tabel 2
Gambaran Stress Akademik

Stress Akademik	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	7	5,8
Sedang	93	77,5
Berat	20	16,7
Jumlah	120	100,0

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan bahwa dari 130 responden mayoritas responden memiliki stres akademik sedang sebanyak 93 responden (77,5%).

Tabel 3
Gambaran Prokrastinasi Akademik.

Prokrastinasi akademik	Frekuensi (n=97)	Persentase (%)
Rendah	62	51,7
Tinggi	58	48,3
Jumlah	120	100,0

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan bahwa dari 120 responden, mayoritas memiliki prokrastinasi akademik rendah (51,7%).

Stress Akademik	Prokrastinasi Akademik						P value
	Rendah		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Rendah	6	5,0	1	0,8	7	5,8	0,005
Sedang	51	42,5	42	35,0	93	77,5	
Berat	5	4,2	15	12,5	20	16,7	
Total	62	48,3	58	48,3	120	100	

Hasil analisis terdapat adanya hubungan stres akademik dengan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Riau dengan hasil responden yang mengalami stres akademik sedang dan mengalami prokrastinasi rendah ada sebanyak 51 orang (42,5%), dan responden yang mengalami stres berat dan mengalami prokrastinasi rendah ada sebanyak 5 orang (4,2%).

PEMBAHASAN

1. Gambaran Karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan pada 120 responden di Fakultas Keperawatan Universitas Riau didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden adalah berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak orang (93,4%). kenyataan yang ditemukan di lapangan bahwa Fakultas Keperawatan Universitas Riau memiliki mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan yaitu lebih dari 50%, sehingga mahasiswa perempuan lebih banyak mempunyai kesempatan untuk menjadi responden dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Marbun, Arneliwati, dan Amir (2018). Perempuan memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki karena laki-laki menggunakan logika sehingga lebih santai dalam menghadapi stres sedangkan perempuan menggunakan perasaan sehingga lebih rentan mengalami stres (Goff, 2018). Profesi keperawatan yang didominasi oleh kaum perempuan karena sikap dasar perempuan yang ramah, sabar, lemah lembut, berbelas kasih, dan dianggap memiliki sifat caring terhadap orang lain.

Seiring perkembangan waktu, perawat tidak hanya berjenis kelamin perempuan, namun perawat berjenis kelamin laki-laki mulai berkembang. Penelitian yang dilakukan oleh Risnawati (2016) menyatakan bahwa kedudukan yang setara dan sejajar antara perawat perempuan dengan laki-laki dalam status dan peran adalah sama.

b. Stress Akademik

Mayoritas tingkat stres akademik yang dimiliki mahasiswa dalam pengerjaan skripsi adalah stres dengan kategori sedang sebanyak 93 orang (77,5%). Sumber stres penelitian ini secara keseluruhan yang berada pada kategori tinggi adalah aspek *conflict*. *Conflict* merupakan pemilihan dua atau lebih alternatif yang diinginkan, dua atau lebih alternatif yang tidak diinginkan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri dan Arif (2019) yang menunjukkan bahwa mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo Ungaran dalam menyusun skripsi mengalami stres sedang sebanyak 30 orang (41,7%). Stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi terjadi dikarenakan oleh berbagai hambatan seperti di masa pandemi

Covid-19 ini proses konsultasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing dilakukan secara daring tanpa tatap muka langsung.

c. Prokrastinasi akademik

Berdasarkan hasil penelitian dari 120 responden menunjukkan 62 orang (51,7%) memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi sedangkan 58 orang (48,3%) memiliki tingkat prokrastinasi yang rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tabitha Kirana (2021) yang menyatakan gambaran tingkat kebiasaan prokrastinasi mahasiswa dalam penulisan skripsi menunjukkan hasil bahwa tingkat prokrastinasi mahasiswa berada pada kategori tinggi

Mahasiswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik diidentifikasi melalui berbagai indikator prokrastinasi akademik selama pengerjaan skripsi antara lain manajemen waktu, rasa malas, fatigue, lebih mementingkan hal lain dan memiliki persepsi yang salah.

2. Hubungan Stres Akademik Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Melihat hasil perhitungan yang sudah dilakukan tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori stres akademik sedang yang artinya mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengontrol emosional, dan dianggap memahami masalahnya mengenai hambatan yang dihadapinya selama proses penyusunan skripsi. mereka temui selama proses penyusunan skripsi, meskipun mengalami stres mahasiswa menyadari kalau skripsi adalah tugas yang harus diselesaikan sampai tuntas. Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi square* diperoleh *p value* 0,005 yang berarti *p value* < α 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara stres akademik terhadap tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam pengerjaan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

Menurut Tabitha (2021) dalam menghadapi proses pengerjaan skripsi, mahasiswa sering kali diperhadapkan dengan banyak hal yang menjadi godaan bagi mereka. Beberapa godaan yang mengincar mahasiswa

antara lain: penggunaan sosial media maupun *games-games* internet yang sering kali membuat mahasiswa lupa waktu ketika sudah menggunakan kedua hal tersebut.

SIMPULAN

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 112 orang (93,4%) responden berasal dari angkatan A 2017 dengan jumlah responden yaitu 120 orang (100%). Mayoritas mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam menyusun skripsi mengalami stress akademik dengan kategori sedang sebanyak 93 responden (77,5%). Mayoritas mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dalam menyusun skripsi memiliki prokrastinasi akademik dengan kategori rendah sebanyak 52 responden (51,7%). Berdasarkan uji statistik *Chi Square* didapatkan *p value* sebesar 0,005 dimana $0,005 < \alpha$ 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan stres akademik terhadap tingkat prokrastinasi mahasiswa dalam pengerjaan skripsi pada mahasiswa Keperawatan Universitas Riau

SARAN

1. Bagi perkembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu keperawatan terutama pada riset riset keperawatan mengenai perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Serta diharapkan dapat memotivasi dan menambah wawasan mahasiswa keperawatan khususnya dalam pemahaman bagaimana memahami dan mengontrol emosional dan perasaan serta menurunkan perilaku prokrastinasi dalam pengerjaan skripsi.

2. Bagi Fakultas Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan evaluasi mahasiswa dalam pengerjaan skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat dijadikan data dasar dalam melaksanakan penelitian terkait prokrastinasi akademik. Disarankan untuk

menambah jumlah sampel penelitian, menambah lokasi penelitian serta meneliti faktor lain yang menyebabkan prokrastinasi akademik mahasiswa seperti pengaruh *burnout* terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima Kasih atas kasih sayang dan menjadi tokoh yang terlibat dalam mengiringi perjalanan saya selama ini Semoga Allah SWT memberkahi segala usaha yang telah dilakukan semaksimal mungkin.

¹**Fitri Rabika Zariyati Putri:** Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

²**Ns. Arneliwati, M.Kep:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

³**Dr. Nopriadi, S.K.M.M.Kes.:** Dosen Bidang Keilmuan Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia

DAFTAR PUSTAKA

- Augesti G, Lisiswanti R, Saputra O, Nisa K. Perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J MAJORITY*. 2015 Februari; 4(4): 50-56.
- Dini, Putri Rahma dan Arif Iswanto. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Dalam Menyusun Tugas Akhir Pada Mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*, Vol 10 (2). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati.
- Fauziah, H. H. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung.” *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2(2): 123–32
- Ghufron, & Risnawati. 2016. *Teori-teori Psikologi*. (R. Kusumaningratri, Ed.). Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Goff, A.M. (2011). Stressor, academic performance, and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 8: 923- 1548.
- Helpiyani, H., Jumaini, & Erwin. (2019). Gambaran tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi. 2019, 8719(2006), 363–369
- Habeeb, Kholoud Abdulrahman. (2010). Prevalence of Stressors among Female Medical Students. *Journal of Taibah University Medical Sciences* 2010; 5(2): 110 – 119.
- Kirana, Tabitha (2021). *Kebiasaan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam penulisan skripsi. (studi deskriptif komparatif pada mahasiswa cepat dan lambat dalam penulisan skripsi di Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP)* Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Panduan Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi*. (2016). Jakarta: RISTEKDIKTI
- Rahmawati Atika, Mandagi Chreisy K.F., Rattu Joy. A.M. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Motivasi Mahasiswa Penulis Skripsi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Susane, I Made Afryan. “Hubungan Tingkat Stres Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung”. *Jurnal Kedokteran. Fakultas Kedokteran. Universitas Lampung*, 2017.
- S. Marbun, Agnes putri, Arneliwati, Amir yufitriana. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa program transfer yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Universitas Riau*.