

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENJALANKAN SKRIPSI DI
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
STIKES WIRAHUSADA YOGYAKARTA

SKRIPSI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan (S1)



Oleh
Edelia Anggela Nurfana
KP.21.01.473

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2025



SKRIPSI
FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENJALANKAN SKRIPSI DI
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA STIKES
WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Edelia Anggela Nurfana

KP.21.01.473

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 16 September 2025

Ketua Dewan Penguji

Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd., S.Kp., M.Kes.....

Penguji I / Pembimbing Utama

Antok Nurwidi Antara, S.Kep., Ns., M.Kep.....

Penguji II / Pembimbing Pendamping

Andri Purwandari, S.Kep., Ns., M.Kep.....

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, 16 September 2025

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Edelia Anggela Nurfana

NIM : KP.21.01.473

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Penelitian : Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi Di STIKES Wira Husada Yogyakarta

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademi, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya, atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, Agustus 2025
Yang membuat pernyataan


Edelia Anggela Nurfana

KP.21.01.473



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat dan Hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Faktor yang Berhubungan Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Menjalankan Skripsi di Prodi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wirahusada Yogyakarta”

Skripsi ini dibuat sebagai hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti serta merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta. Tentu tidak mudah dan menjadi tantangan serta pembelajaran sendiri dalam penyusunan skripsi ini. Pada penulisan dan penyusunan skripsi peneliti mendapatkan bimbingan, dukungan, serta kerjasama dari berbagai pihak. Maka dari itu peneliti mengucapkan terimakasih yang kepada:

1. Dr. Dra.Ning Rintiswati, M.Kes selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta yang telah memeberi izin penelitian
2. Yuli Ernawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua Program Studi Keperawatan Stikes Wira Husada Yogyakarta yang telah memberi izin penelitian
3. Antok Nurwidi Antara, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing pertama yang telah banyak membantu dalam penyusunan usulan proposal ini, sehingga peneliti dapat terselesaikan
4. Andri Purwandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing kedua yang telah banyak membantu dalam penyusunan usulan proposal ini sehingga peneliti dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan laporan penelitian masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat positif dan membangun dalam penyempurnaan laporan penelitian ini. Semoga laporan penelitian ini dapat diterima dan memberikan manfaat serta berguna bagi para pembaca.

Yogyakarta,

Peneliti

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena Berkat Rahmat dan Hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.

Skripsi ini peneliti persembahkan kepada:

1. Ibunda tersayang, Sumiyati. Terima kasih yang tak terhingga atas segala pengorbanan, nasihat, support dan doa yang selalu diberikan. Terima kasih atas kesabaran dan usaha yang diberikan kepada peneliti. Terima kasih sudah menjadi ibu terbaik dan terhebat selama ini.
2. Ayah, Endro Sansosianto. Terima kasih untuk setiap dukungan dan doa yang selalu diberikan. Terima kasih atas segala Pelajaran hidup yang telah diberikan dan menjadikan peneliti menjadi pribadi yang lebih mandiri dan kuat saat ini.
3. Kakakku, Gesta Revionessa Nurhuda. Terima kasih sudah menjadi memberi semangat dan dukungan selama ini diberikan kepada peneliti.
4. Teruntuk sahabatku, Islamia, Devinda, Dian, Dinda, Dan Halisa. Terima kasih atas dukungan, dan pengalaman yang dijalani selama masa perkuliahan. Terima kasih sudah menjadi pendengar yang baik selama masa-masa perkuliahan.
5. Teruntuk Arya Bagus Pratama. Terima kasih atas segala dukungan dan semangat yang selalu diberikan kepada peneliti. Terima kasih sudah menemani, mendukung, dan mendengarkan keluh kesah peneliti selama ini.

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENJALANKAN SKRIPSI DI
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA STIKES
WIRAHUSADA YOGYAKARTA

Edelia Anggela Nurfana¹, Antok Nurwidi Antara², Andri Purwandari³

ABSTRAK

Latar Belakang: Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda dalam menyelesaikan tugas akademik yang dapat berdampak pada keterlambatan penyelesaian studi, terutama pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa keperawatan menghadapi beban studi yang kompleks mulai dari teori, praktikum, skil laboratorium, praktik klinik dan skripsi yang mampu memicu perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa sehingga mahasiswa rawan mengalami stress, manajemen waktu yang buruk, dan *self efficacy* yang kurang baik.

Tujuan Penelitian: Mengetahui Apakah Tingkat Stres, Manajemen Waktu, *Self Efficacy* Berhubungan dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Menjalankan Skripsi di Prodi Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini 45 mahasiswa, Teknik pengambilan sampel adalah total sampling sebanyak 44 mahasiswa. Alat pengukuran tingkat stress menggunakan DASS-42, manajemen waktu dengan TMB, kuisioner *Self efficacy*, dan prokrastinasi akademik dengan TPS. Data dianalisis menggunakan *spearman rank*.

Hasil: Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan *self efficacy* dengan perilaku prokrastinasi akademik ($p < 0,05$) dan manajemen waktu tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik ($p > 0,05$).

Kesimpulan: Tingkat stres dan *self-efficacy* memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi. Sebaliknya, manajemen waktu tidak berhubungan secara signifikan.

Kata Kunci: Prokrastinasi akademik, tingkat stress, manajemen waktu, *self efficacy*, mahasiswa keperawatan.

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga STIKES Wira Husada Yogyakarta

FACTORS RELATED TO ACADEMIC PROCRASTINATION IN STUDENTS
WHO CARRY OUT THEIR THESIS IN THE NURSING STUDY PROGRAM
OF THE STIKES UNDERGRADUATE PROGRAM WIRAHUSADA
YOGYAKARTA

Edelia Anggela Nurfana¹, Antok Nurwidi Antara², Andri Purwandari³

ABSTRACT

Background: Academic procrastination is a procrastination behavior in completing academic tasks that can have an impact on the delay in completing studies, especially for students who are preparing a thesis. Nursing students face complex study loads ranging from theory, practicums, laboratory skills, clinical practice and thesis that can trigger stress levels, poor time management, and poor self-efficacy, causing academic procrastination behavior in students.

Research Objective: To Determine Factors Related to Academic Procrastination Behavior in Students Who Carry Out Thesis at the Nursing Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Research Method: This study uses a quantitative design of a cross sectional approach. The population of this study is 45 students, the sampling technique is a total sampling of 44 students. Stress level measurement tools using DASS-42, time management with TMB, Self efficacy questionnaire, and academic procrastination with TPS. The data was analyzed using spearman rank.

Results: Results showed that there was a significant relationship between stress levels and self efficacy with academic procrastination behavior ($p < 0.05$) and time management did not show a significant association with academic procrastination behavior ($p > 0.05$).

Conclusion: Stress levels and self-efficacy had a significant relationship with academic procrastination behavior in nursing students who were working on their thesis. In contrast, time management is not significantly related.

Keywords: Academic procrastination, stress level, time management, self efficacy, nursing students.

¹Undergraduate Nursing Study Program Students, Wira Husada Health College, Yogyakarta

²Lecturer in the Nursing Study Program, Undergraduate Program, Wira Husada Health College, Yogyakarta

³Lecturer of the Nursing Study Program, Three Program, Wira Husada Health College, Yogyakarta.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Ruang Lingkup	8
E. Manfaat	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
A. Landasan Teori	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
1. Mahasiswa Keperawatan	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
2. Tingkat Stres	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
3. Manajemen waktu	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
4. Efikasi Diri (<i>Self Efficacy</i>)	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
5. Prokrastinasi akademik	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
6. Faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
B. Kerangka Teori	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
C. Kerangka Konsep	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
D. Hipotesis	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
BAB III METODE PENELITIAN	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
B. Waktu dan Tempat Penelitian ...	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
C. Populasi dan Sampel	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
D. Variabel Penelitian	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
E. Definisi Operasional	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.

F. Instrumen Penelitian.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
H. Analisa Data	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
I. Jalannya Pelaksanaan Penelitian	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
J. Etika Penelitian	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
A. Hasil Penelitian	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
2. Karakteristik Responden	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
3. Tingkat stress.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
4. Manajemen Waktu.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
5. <i>Self Efficacy</i>	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
6. Prokrastinasi Akademik	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
7. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku prokrastinasi	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
B. Pembahasan.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
1. Tingkat Stres Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
2. Manajemen waktu Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
3. <i>Self Efficacy</i> pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
4. Perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
5. Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
6. Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
7. Hubungan <i>Self Efficacy</i> Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
C. Keterbatasan Peneliti.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	13
A. Kesimpulan	13

B. Saran.....	13
DAFTAR PUSTAKA	15
LAMPIRAN.....	Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.

DAFTAR TABEL

- Tabel 3. 1 Definisi Operasional **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 3. 2 Kisi-kisi kuisioner tingkat stres **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 3. 3 Kisi-kisi Manajemen Waktu **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 3. 4 Kisi-kisi Self Efficacy **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 3. 5 Kisi-kisi kuisioner Prokrastinasi Akademik **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 3. 6 Kriteria Jenjang **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 1 Karakteristik Responden **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 2 Hasil Persentase Tingkat Stres **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 3 Hasil Persentase Manajemen Waktu **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 4 Hasil Persentase Self Efficacy **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 5 Hasil Persentase Prokrastinasi Akademik **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 6 Tabulasi Silang Tingkat Stres Dengan Prokrastinasi Akademik **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 7 Tabulasi Silang Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**
- Tabel 4. 8 Tabulasi Silang Self Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

Gambar 2. 2 Kerangka Konsep **Kesalahan! Bookmark tidak ditentukan.**

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 2 Informed Consent

Lampiran 3 Karakteristik Responden dan Kuisisioner

Lampiran 4 Surat Ethical Clearance

Lampiran 5 Standar Devisiasi

Lampiran 6 Hasil Uji Univariat

Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas dan Bivariat

Lampiran 8 Tabulasi Silang

Lampiran 9 Turnitin

Lampiran 10 Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa keperawatan adalah orang-orang yang menempuh pendidikan pada perguruan tinggi khusus keperawatan dengan tujuan menjadi perawat profesional di masa depan (Miswanto, 2022). Perawat profesional wajib memiliki rasa tanggung jawab atau akuntabilitas pada dirinya, Akuntabilitas merupakan hal utama dalam praktik keperawatan yang profesional dimana hal tersebut wajib ada pada diri mahasiswa keperawatan sebagai perawat di masa mendatang (Black, J & Hawks, J. 2014). Mahasiswa keperawatan memiliki peran penting dalam mengembangkan kemampuan diri di bidang keahliannya. Dalam menjalankan kewajibannya setiap mahasiswa memiliki ketentuan dan tuntutan akademik (Utami, 2022).

Selama proses pendidikan, mahasiswa keperawatan menghadapi tuntutan akademik yang tinggi terutama pada saat pelatihan klinis, kesulitan dalam menghadapi perbedaan antara ilmu keperawatan dan kondisi lapangan, bidang pembelajaran yang kompetitif, pembelajaran yang kompleks, jadwal yang singkat dan padat, biaya yang cukup mahal, pembelajaran skill lab, teori dalam waktu belajar yang singkat dan padat, PKL dan osce yang dilakukan setiap semester. Selain itu, mahasiswa keperawatan tentunya memiliki kewajiban menyelesaikan studinya sampai akhir, salah satu syarat yang turut menjadi faktor penentu kelulusan mahasiswa di perguruan tinggi yaitu skripsi (Rozaq, 2014).

Skripsi merupakan suatu karya ilmiah yang telah disusun dengan menggunakan metode penelitian, dengan diawali dengan adanya proposal skripsi sebagai rancangan awal, penulisan teori dan adanya hasil dari perhitungan dan analisis data yang diperoleh. Skripsi merupakan suatu tugas akhir yang wajar dan harus ditempuh oleh mahasiswa, namun penulisan

skripsi selalu dipandang secara negatif sebagai tugas yang berat bagi mahasiswa (Febriyanto, 2015). Dalam menyusun skripsi tentunya ada hambatan yang akan ditemui oleh mahasiswa, seperti memiliki perasaan yang mudah berubah, sulit mencari referensi, sulit bertemu dosen dan revisi yang banyak (Siswanto & Sampurno, 2015). Dalam menyusun skripsi dapat memicu munculnya stres pada mahasiswa karena tekanan yang diterimanya. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi dan tidak satu pun mahasiswa yang tidak mengalami stres (Rozaq, 2014).

Stres merupakan suatu keadaan yang dapat disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkontrol. Prevalensi kejadian stres cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta penduduk mengalami stres dan merupakan penyakit yang menempati peringkat ke-4 di dunia menurut WHO. Prevalensi yang mengalami stres diperkirakan 74% orang merasa sangat stres. Didapatkan orang yang lebih muda memiliki stres yang lebih tinggi, 60% dari usia 18-24 tahun dan 41% dari usia 25-34 tahun, dibandingkan dengan 17% dari usia 45-54 dan 6% di atas usia 55 tahun (World Health Organization, 2018). Stres merupakan “respon non-spesifik tubuh terhadap rangsangan apapun”. Ketika seorang individu tidak dapat beradaptasi dengan stressor, sumber daya tubuh akan terus menerima beban dan berlanjut pada tahap kelelahan (Ambarwati, et al. 2019).

Menurut Turmudi & Suryadi (2021) Stres akademik adalah tekanan psikologis terhadap Perasaan frustrasi terkait kegagalan akademik atau bahkan ketidaktahuan akan kemungkinan kegagalan. Stres akademik menyebabkan orang mengalami stresor yang berasal dari faktor fisiologis, psikologis, dan berperilaku (Sudarya, et al, 2014). Stres akademik terjadi ketika individu menemukan kesulitan untuk mengatasi tuntutan dalam dunia perkuliahan atau melebihi sumber daya penyesuaian sendiri dan efektivitas individu dalam menangani tugas akademik terganggu. Beban tugas kuliah yang banyak ditambah dengan tenggat waktu yang singkat untuk menyelesaikan tugas dan berbagai tanggung jawab lainnya seringkali menyebabkan mahasiswa mengalami stres karena kurangnya waktu

istirahat yang tersedia bagi mereka (Anjani et al., 2023). Banyaknya tuntutan akademik dan tanggungjawab yang harus dijalankan mengharuskan mahasiswa mempunyai kemampuan dalam manajemen waktu yang baik agar tuntutan akademik dapat diselesaikan (Putri, 2023).

Manajemen waktu adalah pencapaian sasaran utama kehidupan sebagai hasil dari menyisihkan kegiatankegiatan tidak berarti yang seringkali justru banyak memakan waktu Taylor dalam (Iswanto,2020). James, Horne & John dalam (Iswanto, 2020) mengungkapkan manajemen waktu merupakan usaha untuk kontrol atas waktu yang didalamnya termasuk penilaian waktu, menetapkan tujuan, perencanaan, prioritas dan pemantauan dengan harapan akan menghasilkan hal yang efektif. Manajemen waktu bukan hanya mengacu kepada pengelolaan waktu tetapi cenderung pada bagaimana individu dapat memanfaatkan waktu dengan baik. Individu yang mampu mengelola waktu akan menentukan prioritas dan berbagi tugas yang dihadapi, fokus waktu dan energi pada tugas yang penting terlebih dahulu. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu juga dituntut untuk bisa mengelola waktu dengan baik dan menentukan skala prioritas pada tugas mana yang harus diselesaikan terlebih dahulu. Tapi pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat membagi waktunya dengan baik sehingga sulit memprioritaskan tugas mana yang akan dikerjakan terlebih dahulu yang menyebabkan tugas yang pada dasarnya lebih penting menjadi terabaikan dan ditunda-tunda. Mahasiswa yang merasakan stres akademik sering menghadapi hambatan dalam memanajemen waktu antara belajar dengan kegiatan lain sehingga sering kali mereka cenderung menyia-nyiakan waktu (Faturahman et al., 2023).

Selain itu faktor yang paling berperan dalam prokrastinasi yaitu keadaan psikologis yang ada pada diri individu. Salah satu keadaan psikologis yang ada pada diri individu itu sendiri adalah *self efficacy* (keyakinan diri) yang dimiliki diri individu. Efikasi diri atau *Self efficacy* adalah keyakinan individu atas kemampuan atau kapasitas dirinya untuk menghasilkan kinerja tertentu (M. A. Malkoc & Kesen, 2018). *Self-efficacy* sehubungan dengan dunia pendidikan, self-efficacy adalah faktor kunci

keberhasilan peserta didik, karena mempengaruhi pilihan yang dibuat peserta didik dan tindakan yang mereka kejar. Kurangnya kepercayaan diri timbul karena dihantui perasaan tidak mampu sebelum mencoba, mengakibatkan kurangnya kekuatan mental dalam menghadapi peristiwa serta kurang percaya pada diri sendiri. Oleh karena itu kepercayaan diri sangat penting dan sangat dibutuhkan bagi setiap individu, terutama mahasiswa (Anisah et al., 2023). Beberapa penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara self-efficacy akademik dengan motivasi akademik sekaligus *self efficacy* efikasi akademik merupakan prediktor motivasi akademik (Malkoç & Kesen, 2018). Faktor-faktor seperti manajemen waktu yang buruk dapat berakibat pada pengerjaan tugas dan tidak dapat selesai tepat waktu. hal ini tentunya memicu terjadinya stress akademik pada mahasiswa. jika, mahasiswa memiliki *self efficacy* yang buruk maka akan semakin rendah rasa percaya diri yang dimiliki mahasiswa terhadap kemampuan untuk berhasil dalam menjalankan tugas. beberapa faktor tersebut diduga dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi pada mahasiswa (Rusdi, 2015).

Setiap mahasiswa pasti memiliki kebiasaan yang berbeda-beda dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, ada yang dapat menyelesaikannya dengan cepat, ada juga yang menyelesaikannya dengan waktu yang lama (Rahayu & Sari, 2023). Beberapa dari mereka mungkin ada yang menunjukkan keengganan untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut (Pradhana & Khoirunnisa, 2022). Sebenarnya, mereka tetap menyelesaikan tugas-tugas mereka, tetapi cenderung menunda-nunda dalam mengerjakannya. Penelitian membuktikan bahwa mood atau perasaan yang tidak bagus dapat juga menjadi alasan mengapa mahasiswa menunda-nunda dalam mengerjakan tugas-tugas mereka (Faturahman et al., 2023). Fontana dalam (Rumiani, 2016) menyebutkan bahwa hal-hal seperti banyaknya tuntutan tugas yang harus dikerjakan dapat berpotensi menjadi sumber tekanan (stresor) bagi mahasiswa sehingga dapat berakibat kelelahan atau fatigue. Kondisi lelah atau *fatigue* tersebut menurut Friedberg dalam (Rumiani, 2016) dapat mengakibatkan turunnya produktifitas dalam belajar

maupun aktifitas pribadi, kehilangan motivasi dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari karena banyaknya stresor yang diterima. Kondisi tersebut sangat berpotensi membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi dapat dijabarkan sebagai kecenderungan menunda hingga hari esok. Selain itu Tuckman dalam (Utami,2022) menjelaskan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau penghindaran penuh terhadap suatu tugas akademik oleh individu secara sadar sebagai akibat dari *deadline*. Penelitian lain menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik menjadi satu masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa (Setiawan et al., 2018). Kebiasaan ini sering dilakukan semua orang tanpa terkecuali mahasiswa. Penunda selalu mengatakan mereka akan melakukan pekerjaan besok, tapi mereka kembali keesokan harinya, mereka mengulangi kebiasaan mengatakannya nanti. Seseorang yang berjuang untuk menyelesaikan sesuatu pada tenggat waktu yang diberikan sering mengalami penundaan, persiapan yang berlebihan, atau gagal menyelesaikan tugas pada tenggat waktu yang diberikan (Rahayu, 2023).

Prokrastinasi akan muncul karena adanya kecenderungan untuk menghindari mengerjakan tugas-tugas yang sulit dan berupaya mencari hal menyenangkan yang mudah diperolehnya Tuckman (Utami, 2022). Sebagian orang khususnya mahasiswa memandang menunda tugas sebagai suatu perilaku negatif. Orang yang menunda tugas dianggap tidak peduli dengan kualitas tugas dan memiliki kemampuan kognitif yang lebih rendah. Dampak yang terjadi akibat prokrastinasi seringkali tidak menjadi perhatian khusus bagi sebagian mahasiswa. Kondisi tersebut ditunjukkan dari beberapa hasil penelitian yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa masih cenderung tinggi (Muyana, 2018).

Perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu yaitu dapat berupa tugas yang banyak (*overloaded task*), pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan. Sedangkan faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi yang

meliputi faktor fisik dan psikologis contohnya tingkat stress, manajemen waktu, dan *self efficacy*. Dalam penelitian ini peneliti memilih faktor stress, manajemen waktu dan *self efficacy* sebagai faktor yang dikaji dalam perilaku prokrastinasi akademik yang sedang dalam pengerjaan skripsi didasarkan pada keterkaitan langsung ketiganya dengan proses penyusunan skripsi yang kompleks dan menuntut kemandirian. Ketiga faktor tersebut bersifat situasional, memiliki dasar teoritis, dapat dimodifikasi, dan secara praktis relevan untuk intervensi dalam konteks mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 19 Desember 2024 di Prodi Keperawatan Program Sarjana Stikes Wirahusada Yogyakarta didapatkan data pada kelulusan tahun 2023 dari 56 mahasiswa 11 diantaranya belum menyelesaikan skripsinya, sedangkan pada tahun 2024 dari 34 mahasiswa 8 diantaranya belum menyelesaikan skripsinya. Wawancara tidak terstruktur yang dilakukan dengan Kaprodi Keperawatan Stikes Wirahusada menjelaskan bahwa terdapat beberapa masalah yang dialami mahasiswa saat pengerjaan skripsi sehingga menyebabkan mahasiswa belum menyelesaikan skripsinya. Dari data tersebut dapat disimpulkan adanya mahasiswa yang stres, manajemen waktu yang buruk, dan kemampuan diri yang kurang baik dalam pengerjaan skripsi sehingga melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

Dalam jangka panjang, stres dapat memberikan dampak negatif secara fisik dan mental pada mahasiswa sehingga kemampuan dalam mengatasi stres atau yang disebut dengan koping merupakan hal yang penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa (Agustiningsih (2019). Kurangnya koping stress yang baik dapat memicu munculnya perilaku prokrastinasi dimana mahasiswa cenderung menunda-nunda tugas. Oleh karena itu penting bagi sebuah institusi pendidikan tinggi untuk bisa mengidentifikasi adanya stres pada mahasiswa dan strategi koping yang digunakan dengan melakukan koordinasi dan komunikasi melalui pembimbing akademik dan bimbingan konseling. Dengan adanya identifikasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan

mahasiswa sehingga mahasiswa bisa menyelesaikan tugas akademiknya sesuai waktu yang telah ditentukan (Agustiningsih N, 2019)

Berdasarkan hasil wawancara tidak terstruktur pada 4 mahasiswa semester akhir Program Studi Keperawatan Program Sarjana Stikes Wirahusada Yogyakarta didapatkan 3 diantaranya mengatakan bahwa mengalami stres karena bingung dalam penyusunan skripsi, kesulitan menemukan materi dan referensi skripsinya, kurangnya manajemen waktu yang baik sehingga membuat mahasiswa kesulitan membagi waktu antara kegiatan lain dengan pengerjaan skripsi, kurangnya motivasi, dosen yang sulit ditemui dan mood yang berubah-ubah sehingga menimbulkan perilaku menunda nunda mengerjakan skripsi yang disebut juga dengan prokrastinasi akademik.

Dari fenomena permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa yang Menjalankan Skripsi Di Prodi Keperawatan Program Sarjana Stikes Wirahusada Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah Tingkat Stres, Manajemen Waktu, dan Self Efficacy Berhubungan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menjalankan Skripsi di Prodi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat stress, manajemen waktu, dan *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa tingkat akhir.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi

- b. Diketahui manajemen waktu pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi
- c. Diketahui *self efficacy* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi
- d. Diketahui perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi

D. Ruang Lingkup

1. Lingkup Masalah

Ruang lingkup penelitian ini mengarah ke lingkup mata kuliah keperawatan jiwa.

2. Lingkup Subjek

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang sedang dalam pengerjaan skripsi di Program Studi Keperawatan Program Sarjana Stikes Wira Husada Yogyakarta.

3. Lingkup Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2025 di Program Studi Keperawatan Program Sarjana Stikes Wira Husada Yogyakarta.

E. Manfaat

1. Bagi Prodi Keperawatan Stikes Wirahusada Yogyakarta

Penelitian ini pengembangan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang menjalankan skripsi Stikes Wirahusada Yogyakarta.

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menjalankan skripsi

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya berkaitan dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menjalankan skripsi

F. Keaslian penelitian

1. Asri, Dhea Rimadhanti P (2022), dalam penelitian berjudul “Pengaruh Perfeksionisme, Manajemen Waktu, dan Motivasi Berprestasi terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas Sebelas Maret dengan jumlah sebanyak 249 orang, dan teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang disebarkan kepada responden. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh perfeksionisme, manajemen waktu, dan motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan terletak pada variabel manajemen waktu dan prokrastinasi, dan instrumen yang digunakan sama-sama menggunakan kuisisioner sedangkan perbedaannya terletak pada lokasi penelitian, jumlah sampel, dan jumlah respondennya.
2. A'yunina, H (2019) dalam penelitian berjudul “Hubungan antara Stres Akademik dan Motivasi Berprestasi dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Sultan Agung Semarang” menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah mahasiswa UNISSULA dengan jumlah sampel sebanyak 132.779 orang yang diperoleh melalui teknik sampling tertentu. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur mengenai stres akademik, motivasi berprestasi, dan prokrastinasi akademik yang telah diuji validitas serta reliabilitasnya dengan hasil reliabilitas sebesar 0,709. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dan motivasi berprestasi dengan perilaku prokrastinasi mahasiswa. Uji hipotesis pertama menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara stres akademik dengan prokrastinasi, sedangkan uji hipotesis kedua menunjukkan hubungan positif signifikan stres akademik dengan prokrastinasi, dan uji hipotesis ketiga menemukan adanya hubungan negatif signifikan antara motivasi

berprestasi dengan prokrastinasi akademik. Nilai korelasi yang diperoleh adalah $r_{xy} = 0,394$ untuk hubungan stres akademik dengan prokrastinasi dan $r_{xy} = -0,302$ untuk hubungan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi, keduanya signifikan pada taraf $p < 0,01$. Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akademik mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan melakukan prokrastinasi, sedangkan semakin tinggi motivasi berprestasi, semakin rendah kecenderungan prokrastinasi. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan yaitu kesamaan meneliti hubungan tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi akademik, sama-sama menggunakan kuisioner, serta kesamaan metode penelitian dan pendekatan korelasional. Sedangkan, perbedaannya terdapat pada populasi pengambilan sampel, lokasi penelitian, dan jumlah sampel.

3. Sartika, S.H., & Nirbita, B. N (2021), dalam penelitian berjudul “Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Calon Guru pada Masa Pandemi COVID-19” menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan interpretatif. Penelitian ini mengkaji prokrastinasi akademik mahasiswa calon guru yang dilakukan melalui kuesioner online menggunakan google form. Sampel penelitian terdiri dari 44 mahasiswa calon guru dengan faktor-faktor yang diteliti meliputi keterampilan manajemen waktu, inisiatif pribadi, gangguan perhatian, faktor psikologis, faktor sosial, serta sikap malas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa calon guru selama masa pandemi cukup dipengaruhi oleh manajemen waktu dan faktor pribadi mahasiswa. Sebagian besar responden, yaitu 82,9% adalah perempuan dan 17,1% laki-laki. Analisis data memperlihatkan bahwa prokrastinasi berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 55,4% berdasarkan perhitungan indikator yang digunakan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan adalah sama-sama menggunakan kuisioner sebagai alat ukur, serta variabel dependent yang digunakan sama yaitu perilaku prokrastinasi.

Sedangkan, perbedaannya pada populasi pengambilan sampel, lokasi, jumlah responden, dan pemberian kuisioner diberikan dengan google form.

4. Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017) dalam penelitian berjudul "Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik dan Stress Akademik Mahasiswa". Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan sampel sebanyak 53 orang siswa. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan antara self efficacy dan motivasi dengan prokrastinasi, serta ditemukan hubungan antara prokrastinasi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa. Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian sebelumnya karena sama-sama menggunakan instrumen berupa kuesioner, namun terdapat perbedaan pada jumlah sampel yang digunakan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil Analisa data dan pembahasan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menjalankan skripsi di STIKES Wirahusada Yogyakarta, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stress mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang menjalankan skripsi dalam kategori stress berat
2. Manajemen waktu mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang menjalankan skripsi dalam kategori cukup
3. *Self efficacy* mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang menjalankan skripsi dalam kategori sedang
4. Terdapat Perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan yang menjalankan skripsi
5. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan perilaku prokrastinasi akademik dan *self efficacy* dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang menjalankan skripsi di STIKES Wira Husada Yogyakarta
6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menjalankan skripsi di STIKES Wira Husada Yogyakarta.

B. Saran

1. Bagi Prodi Keperawatan Stikes Wirahusada Yogyakarta
Institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk menyediakan program pendampingan akademik seperti mengoptimalkan layanan konseling untuk membantu mahasiswa yang mengalami tekanan akademik atau kesulitan adaptasi.

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Diharapkan mahasiswa keperawatan dapat mengenali dan mengatasi stres akademik dengan cara yang sehat, serta membangun rasa percaya diri dalam menghadapi tuntutan pembelajaran.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan wawancara yang lebih mendalam terhadap subjek penelitian guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih mendalam terhadap pengembangan strategi penanganan prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, RA, & Afgani, MW (2023). Desain Survei: *Cross Sectional* dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3 (01), 31-39.
- Agustiningsih, N. (2019). Gambaran stress akademik dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241-250.
- Ahmaini, D. (2020). Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang aktif dengan yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan pema USU. Perbedaan Prokrastinasi Akademik Antara Mahasiswa Yang Aktif Dengan Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Kemahasiswaan Pema USU. *Perilaku Terapi*, 25(4), 237-253.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Anabillah, A. R., Febriansyah, M. R., & Atmaja, M. Z. D. (2022, May). Kemampuan manajemen waktu dalam mengatasi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. In *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* (Vol. 1, No. 1, pp. 189-195).
- Andi Settia Raja, A. (2022). *PENGARUH SELF-EFFICACY TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM IAIN PALOPO* (Doctoral dissertation, Institut agama islam Negeri (IAIN Palopo)).
- Anisah, N., & Purwandari, A. (2023). Analisis Korelasi Kecerdasan Emosional dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *MAHESA: Jurnal Mahasiswa Kesehatan Malahayati*, 3 (2), 535-544.
- Anjani, A. (2023). Hubungan *Self-efficacy* dengan hasil belajar mahasiswa keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Arwina, A., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan regulasi diri dan stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 1981-1991
- Asri, D. R. P. (2022). Pengaruh Perfeksionisme, Manajemen Waktu, Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir, Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Azmiyyah, H., & Lianawati, A. (2021). Profile of self-adjustment and level of academic stress during online learning in higher education. *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling*, 2(2), 81-87.
- Azwar, S. (2017). Metode penelitian Psikologi. Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2020). Reliabilitas dan Validitas Edisi 4 (4th ed.). Pustaka Pelajar
- A'yunina, H. (2019). *Hubungan antara stres akademik dan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa universitas islam sultan agung semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Balamurugan, M. (2014). Struktur Skala Manajemen Waktu Siswa (STMS). *Jurnal Teknologi Pendidikan Sekolah* , 8 (4), 22-28.
- Balkis, M. & Duru, E. (2017). Perbedaan Gender dalam Hubungan antara Prokrastinasi Akademik, Kepuasan terhadap Kehidupan Akademik, dan Prestasi Akademik. *Jurnal Elektronik Penelitian Psikologi Pendidikan* . doi:10.14204/ejrep.41.16042
- Bangasser, DA, & Wiersielis, KR (2018). Perbedaan jenis kelamin dalam respons stres: peran penting faktor pelepas kortikotropin. *Hormon* , 17 (1), 5-13.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Black, J dan Hawks, J. 2014. Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan. Dialihbahasakan oleh Nampira R. Jakarta: Salemba Emban Patria.
- Dewi, D. K., Savira, S. I., Satwika, Y. W., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Profil perceived academic stress pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13(3), 395-403.
- Dhini Arynarti Wardiani, D. (2020). *Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta Saat Menjalani Skripsi Pada Masa Pandemi Covid-19* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
- Donsu, J, D, T (2017). Psikologi Keperawatan. Yogyakarta : Pustaka Baru Press. Cetakan I.
- Endra, F., 2017, Pedoman Metodologi Penelitian Statistika Prakti, Sidoarjo: Zifatama Jawa.
- Erlina, Y. (2015). *Hubungan Antara Perilaku Prokrastinasi Akademik Dengan Tingkat Stres Dalam Menyusun Tugas Akhir Pada Mahasiswa PSIK*

Program A Reguler Angkatan 2010 Universitas Brawijaya (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).

- Fakhrina, F. Z., & Haryanti, T. (2023). Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMAN 6 Tangerang, *Jurnal Ilmiah Global Education*, 4(3), 1825-1831.
- Faturahman, H. F., Novianty, L., & Rahayu, R. (2023). Hubungan Stres Akademik Dan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi. *Jurnal Health Society*, 12(2), 11-16.
- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123-132.
- Febriyanto, R.S., (2015). Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Menjalani Proses Pembuatan Skripsi.
- Fuadi, J. I. (2024). *Pengaruh manajemen waktu dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Furqon, M. F. A. (2022). Hubungan Self Efficacy Dan Prokrastinasi Akademik Dalam Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Saat Pandemi Covid-2019. Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Ghufron, Nur dan Rini Risnawati. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar ruzz Media.
- Gultom, S. A, Wardani, N. D, & Fitrikasari, A. (2018). Hubungan adiksi internet dengan prokrastinasi akademik. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(1).
- Guru, P., Agama, P., Dalam, I., Akhlak, M. N., & Didik, P. (2023). Nahda Rihhadaul Aisy, 2023 Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menanamkan Nilai-nilai Akhlak Peserta Didik Kelas V DI SD AL-QUR'AN Bina Mulya Kabupaten Bandung Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu.
- Hamid, A. and Martha, E. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa pascasarjana fakultas kesehatan masyarakat universitas indonesia dalam menyusun tesis. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 5(3), 283-289.
<https://doi.org/10.56338/mppki.v5i3.2148>

- Iswanto, W. E. (2020). *Hubungan Manajemen Waktu Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu* (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).
- Janna, N. M., & Herianto, H. (2021). Konsep uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan SPSS.
- Khamelina, F. (2014). Hubungan Antara Stres dalam Menyusun Skripsi dengan Insomnia pada Mahasiswi D IV Bidan Pendidik di STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014
- Kristy, D. Z. (2019). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(1), 49-54.
- Ladapase, EM, & Sona, A. (2022). Gambaran stres akademik pada mahasiswa universitas Nusa NIPA Indonesia di Maumere. *Pemberdayaan Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2 (1), 24-29.
- Lorenza, L., & Ruhaena, L. (2022). *Prokrastinasi Akademik Dalam Pengerjaan Skripsi Dengan Manajemen Waktu Dan Motivasi Belajar Sebagai Prediktor* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Lu, Y., dkk. (2022). Gender, Status Sosial Ekonomi, Perbedaan Budaya, Pendidikan, Ukuran Keluarga, dan Prokrastinasi: Sebuah Meta-Analisis Sosiodemografi. *Frontiers in Psychology*. doi:10.3389/fpsyg.2021.719425.
- Malkoc, M. A., & Kesen, A. (2018). Academic selfefficacy and academic procrastination: Exploring the mediating role of academic motivation in turkish university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(10), 2087–2093.
- Monica P, J. (2022). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 45-52.
- Miswanto, M. (2022). Prokrastinasi akademik mahasiswa di era kuliah online masa pandemi covid-19. *Psychocentrum Review*, 4(1), 125-139.
- McEwen, M., & Wills, E. M. (2019). *Theoretical Basis for Nursing* (5th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.

- Noerul, A., Achmad Juntika Nurihsan, & Eka Sakti Yudha. (2017). Deskripsi Gejala Stres Akademik dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, 1, 197–208.
- Notoadmodjo, s. (2018). Metodologi penelitian Kesehatan.
- Octafiani, I. A., Aspin, A., & Kaimuddin, S. M. (2020). Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa FKIP UHO yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1), 19-26.
- Pertiwi, G. A. (2020). Pengaruh stres akademik dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(4), 738-749.
- Potter, PA, Perry, AG, Stockert, PA, & Hall, A. (2021). Dasar-dasar Praktik Keperawatan Potter & Perry, Sae, E Book . Elsevier Health Sciences.
- Pradhana, G. W. W., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Hubungan antara Stres Akademik dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa Jurusan X yang Pernah Menjalani Pembelajaran Online Di Masa Pandemi Covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 76–84
- Putri, O. F. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua dan Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMK Batik 2 Surakarta.
- Rahayu, N. W., & Sari, D. N. (2023). Hubungan Antara Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan. *Nutrix Journal*, 7(1), 7-11.
- Rao, S. K., & Azmi, F. T. (2018). *Time Management behaviour: scale deve and validation. IOSR Journal of Business and Management (IOSR-JBM)*, 1-8.
- Reddy, K., Menon, K., & Thattil, A. (2018). Stres Akademik dan Sumbernya di Kalangan Mahasiswa. *Biomed Pharmacol J*, 11(1), 531–537. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.13005/bpj/1404>
- Retno, S., Handayani, I., & Abdullah, A. (2017) Hubungan stres dengan prokrastinasi pada mahasiswa. *Psikovidya*, 1(20), 32-39
- Rohmah, N. R., & Mahrus, M. (2024). Mengidentifikasi Faktor-faktor Penyebab Stres Akademik pada Mahasiswa dan Strategi Pengelolaannya. *JlEM: Journal Of Islamic Education and Management*, 5(1), 36-43.
- Rohmatun, R. (2021). Prokrastinasi akademik dan faktor yang mempengaruhinya. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 3, 94-109.

- Rozaq, A., (2014). Tingkat Stress Mahasiswa dalam Proses Mengerjakan Skripsi. (online), <http://digilib.uinsby.ac.id/220>
- Ristianingsih, Saputra, D. S., & Safitri. (2021). Gambaran Self-efficacy Mahasiswa Peserta Kuliah Online Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Universitas Esa Unggul. *JCA Psikologi*, 2 (4), 1–9.
- Rumiani. (2016). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang* Vol.3, No. 2. (h.3748).
- Rusdi, R. (2015). Hubungan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap stres mahasiswa farmasi semester IV Universitas Mulawarman. *Ejournal Psikologi*, 1(4), 53-64.
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan self efficacy, motivasi berprestasi, prokrastinasi akademik dan stres akademik mahasiswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(2), 43-52.
- Saputra, A. A. R. I. (2021). *Hubungan antara manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik pada pelajar di SMA N 10 Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Sultan Agung).
- Sartika, S. H., & Nirbita, B. N. (2021). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Calon Guru pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ekonomi dan Pendidikan*, 18(2), 104-114.
- Sera, L. (2020). *Hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN AR-RANIRY).
- Setiawan, H. P., & Faradina, S. (2018). Perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa universitas syiah kuala. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(2), 20-36.
- Siswanto, I., & Sampurno, Y. G. (2015). Faktor-faktor penghambat pengerjaan tugas akhir skripsi mahasiswa Pendidikan Teknik Otomotif FT UNY. *Jurnal Taman Vokasi*, 3(1).
- Sudarya, Wayan., Bagia, Wayan., Suwedra., (2014). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi Vol.2.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. PT Alfabet
- Suliyanto, SE, & MM, S. (2017). Metode penelitian kuantitatif.

- Supriyantini, S., & Nufus, K. (2018, October). Hubungan self efficacy dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa USU yang sedang menyusun skripsi. In *Talenta Conference Series: Local Wisdom, Social, and Arts (LWSA)* (Vol. 1, No. 1, pp. 296-302).
- Store, P., Dan, A., Produk, K., Keputusan, T., Di, P., & Coffee, C. (2023). Rusyda
- Steel, P., & Klingsieck, KB (2016). Prokrastinasi akademis: Latar belakang psikologis yang dikaji ulang. *Psikolog Australia* , 51 (1), 36-46.
- Turmudi, I., & SURYADI, S. (2021). Manajemen perilaku prokrastinasi akademik siswa selama pembelajaran berani. *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* , 10 (1), 39-58.
- Triyono dan Rifai,M.E,. 2018, Efikasi Diri Dan Regulasi Emosi Dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik.Diponogoro : CV Sindunata
- Utami, A. D. (2022). *Hubungan Antara Prokrastinasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Wahyuni, N. T., & Machali, I. (2021). Pengaruh manajemen waktu dan efikasi diri terhadap prokrastinasi penyusunan skripsi mahasiswa kecamatan Kandis, kabupaten Siak, provinsi Riau. *Heutagogia: Journal of Islamic Education*, 1(2), 15–25.
- Westri, Prima (2016). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Diskusi Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tasikmadu. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*
- WHO. (2018). Stress. World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
- Wulan, D. A. N., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrantinası Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Sosio-Humaniora*