**Hubungan Tingkat Stres Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Keperawatan UNG Dalam Penyusunan Skripsi**

*Ns. Yuniar M. Soeli.M.Kep.,Sp.Kep Jiwa(1)* , dr. Muhamad Nur Syukriani Yusuf, MMedEd(2) Puspita Ayuba(3)

1Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

2Dosen Fakultas Kedokteran UNG

3Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

Email: [yuniar\_soeli@ung.ac.id](mailto:yuniar_soeli@ung.ac.id)

Salah satu penyebab mahasiswa semester delapan mengalami stres dalam penyusunan skripsi yaitu prokrastinasi. Diperkirakan 74% remaja merasa sangat stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa universitas negeri gorontalo dalam penyusunan skripsi. Jenis penelitian ini deskriptif analitik, dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah responden sebanyak 61 orang. Analisis data menggunakan uji *spearman rank.* Hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi dimana nilai P-Value 0,025<0,05 yang artinya terdapat hubungan. Penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk insitusi pendidikan jurusan keperawatan sebagai masukan bagi dosen keperawatan dan mahasiswa agar terhindar dari perilaku prokrastinasi.

**Kata kunci:** Mahasiswa, Prokrastinasi, Stres

One of the causes of eighth semester students experiencing stress in writing an undergraduate thesis is procrastination. It is estimated that 74% of teens feel very stressed. This current research aims to determine the relationship between stress level and procrastination behavior in students at Universitas Negeri Gorontalo in writing undergraduate thesis. This research applies descriptive analytic approach with a cros-sectional approach. The number of respondents is 61 people, and the data analysis uses Spearman rank test. The finding indicates that there is a relationship between stress level and procrastination behavior where the P-Value is 0,025 > 0.05 meaning that relationship is confirmed to exist. The research is expected to be a reference for educational institutions majoring in nursing as input for nursing lecturers and students to a old procrastination behavior

**Key words:** Student, Stress, Procrastination,

**Pendahuluan**

Dalam mengerjakan fungsinya setiap mahasiswa memiliki tuntutan akademik. Tuntutan akademik yang dimaksud seperti belajar dan mengerjakan tugas penting yang berkaitan dengan akademik. (Aprilia & Nono, 2022). Pada umumnya mahasiswa semester delapan biasanya diberikan tugas akhir untuk menyelesaikan masa studinya, yang disebut dengan skripsi (Seto, dkk, 2020)

Tanpa mengerjakan skripsi sia-sia saja menempuh pendidikan di perguruan tinggi, dalam hal ini skripsi dikatakan berhasil bukan dilihat dari nilai akhir yang diberikan, melainkan saat penulis mengerti dan paham akan tujuan dan manfaat yang didapat dari penelitian terebut (Rahmat & Bakhrul, 2020)

Banyaknya masalah yang dihadapi oleh mahasiswa saat mengerjakan skripsi seperti, kesulitan menemukan ide-ide dalam bentuk tulisan, kesulitan dalam menemukan tema dan fenomena, kesulitan dalam mengambil data dan menyajikan hasil penelitian, kesulitan menemui dosen pembimbing serta kesulitan dalam membagi waktu. Dengan banyaknya hambatan dan tantangan yang harus di hadapi mahasiswa dapat mengakibatkan stres (Adinugraha, dkk, 2019)

Menurut World Health Organization (2018) salah satu faktor risiko paling besar yang menyebabkan munculnya gangguan mental adalah stres. Pada tahun lalu prevalensi yang mengalami stres diperkirakan 74% orang merasa sangat stress. Dalam hal ini prevalensi stress paling tinggi terjadi pada remaja. 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.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Bani, 2012. di Universitas yang ada di Arab Saudi didapatkan prevelensi stres pada mahasiswa 71,9%. Serta penelitian yang dilakukan oleh Ayela, 2016. di Universitas yang ada di Ethopia di dapatkan prevalensi stres 47,7% di kalangan mahasiswa. Sedangkan penelitian yang dilakukan Kathleen, 2018. di Universitas yang ada di Amerika Serikat didapatkan prevelensi mahasiswa yang mengalami stres 49%.

Data stres menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevelensi gangguan jiwa berat yakni pada penduduk Indonesia naik dari 1,7% menjadi 7% dan untuk gangguan mental emosional naik dari 6% menjadi 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ambarawati (2017) di Universitas Muhamadiyah Magelang. Di dapatkan bahwa prevelensi stres ringan 35,6%,untuk stres sedang 57,4% dan stres berat 6,9%. Sedangkan pada penelitian yang di lakukan oleh Syifa (2019) di Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia. Didapatkan bahwa prevelansi mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres sedang sebanyak 77 orang (71,3%), stress berat sebanyak 16 orang (14,8%) dan stres ringan sebanyak 15 orang (13,9%).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevelensi gangguan mental emosional pada penduduk berumur >15 tahun di provinsi gorontalo menduduki peringkat kedua tertinggi setelah Sulteng, dimana pada tahun 2013 prevelansi stress di gorontalo 5% dan pada tahun 2018 naik menjadi 18%.

Menurut Priyoto (2014) pada umumnya dampak dari stres terbagi menjadi tiga yang pertama karena fisikologik seperti gangguan pada organ tubuh hiperaktif serta gangguan system reproduksi, yang kedua karena dampak psikologik seperti keletihan emosi, jenuh, kewalahan/keletihan emosi, pencapaian menurun yang mengakibatkan menurunya rasa kompoten dan rasa sukses, dan yang ketiga yaitu perilaku seperti prestasin belajar menurun, level stress yang cukup tinggi berdampak negatif pada kemampuan mengingat informasi, mengambil keputusan, serta tidak aktif mengikuti kegiatan pembelajaran.

Menurut Barseli &Ifdil (2017). Stres akademik merupakan tekanan karena presepsi subjektif pada suatu kondisi akademik. Seseorang yang mengalami stres akan timbul gejalah-gejalah seperti sakit kepala, mudah marah, penurunan berat badan, gelisah atau kecemasan berlebihan, dan sulit berkonsentrasi (Yusuf & Faruq, 2017) saat mahasiswa merasa stres maka dia akan beranggapan bahwa keadaanlah yang membuat tertekan. (Ursaleli, dkk 2020)

Salah satu dampak dari stres yaitu menunda-nunda atau prokrastinasi. Dalam hal ini semakin tinggi stres yang dialami mahasiswa maka akan semakin tinggi juga perilaku prokrastinasi pada mahasiswa (Warsyiah, 2015). Mahasiswa seringkali melakukan penundaan tugas, begitu juga dengan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Flekbilitas waktu yang diberikan oleh dosen pada mahasiswa terkadang sering disalah artikan sehingga menjadi pemicu penundaan tugas tersebut (Fauziah, 2015)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan American Psychological Association (APA) 2010, melaporkan bahwa 80% hingga 95% mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi terutama saat mengerjakan tugas kuliah, hal ini merupakan kebiasaan yang sulit untuk dihilangka dari dalam diri mahasiswa dan sudah menjadi kebiasaan yang dilakukan oleh mahasiswa.

Berdasarkan penelitian yang oleh Nur 2016 di Universitas Syiah Kuala. Didapatkan prevelansi mahasiswa berada pada prokrastinasi sedang 69,7%, prokrastinasi rendah 26.7% dan prokrastinasi tinggi 3,5%. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan Eka 2021 di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Didapatkan 76,8% mahasiswa menunda tugas membaca buku atau referensi, 61,8% menunda untuk belajar serta 54,4 mahasiswa melakukan penundaan dalam menuntaskan tugas akademik.

Berdasarkan data yang didapatkan di bagian administrasi jurusan keperawatan Universitas Negeri Gorontalo tahun 2022 di dapatkan bahwa mahasiswa yang masih mengontrak mata kuliah skripsi sejumlah, untuk Ners B angkatan 2020, 7 orang, angkatan 2015, 7 orang, angkatan 2016, 10 orang, angkatan 2017 menggunakan kode baru sejumlah 27 orang, serta untuk angkatan 2018 sejumlah 104 orang.

Prokrastinasi menurut Soloman & Rothblum 1984 merupakan suatu kecenderungan menunda pekerjaan dari memulai hingga menyelesaikan dan mendahulukan kegiatan lain yang tidak bermanfaat sehingga menghambat kinerja yang mengakibatkan tidak terselesaikanya tugas secara tepat waktu.

Perilaku prokrastinasi juga sering muncul pada mahasiswa, yang disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan irasional pelajar untuk menunda menyelesaikan tugas akademik. Prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir dapat mempengaruhi proses penyelesaian skripsi (Lestari & Dewi, 2018) prokrastiasi dapat memberikan dampak negatif terhadap kondisi psikologis seperti timbulnya rasa cemas dan perasaan bersalah. Adapun dampak positifnya dapat menimbulkan perasaan terlindungi dari rasa takut akan kegagalan, namun hanya bertahan sementara (Aisyah, dkk, 2021)

Perilaku prokrastinasi terjadi pada setiap individu tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau statusya sebagai pekerja atau pelajar, pada dasarnya perilaku prokrastinasi sepertinya sudah melekat dalam diri seseorang baik perempuan atau laki-laki (Astuti, 2021)

Ramadhani (2016) mengungkapkan hasil dari beberapa penelitian yang dilakukan oleh para ahli sebelumnya bahwa perilaku prokrastinasi juga dapat di prediksi oleh beberapa fakto yang menyertai. Antara lain yaitu, defisiensi regulasi diri, rendahnya motivasi, memiliki sikap perfeksionis, lemahnya dalam memanajemen waktu, kontrol diri yang rendah, kurangnya kesadaran individu, harga diri, efikasi diri, hingga kecemasan social yang dirasakan individu.

Berdasarkan Hasil Observasi Awal yang dilakukan pada Rabu 26 January 2022. Di dapat Hasil wawancara 7 dari 10 mahasiswa, Merasa kurang yakin dengan

kemampuan diri sendiri dalam melaksanakan tugas di bidang peminatan yang diambil sehingga sering muncul rasa pesimis dan cemas saat mengerjakan skripsi. Mereka juga mengatakan merasakan stress dikarenakan kesulitan bertemu dengan dosen pembimbing, serta kesulitan mencari referensi. Berdasarkan Hasil Observasi awal yang dilakukan peneliti di hari yang sama di dapatkan hasil wawancara bahwa 8 dari 10 Mahasiswa cenderung meluangkan waktunya dengan aktivitas yang lebih menyenangkan, seperti lebih sering jalan-jalan dengan alasan ingin Healing/Refresing, Bermain Game Online, Bermain Media Sosial seperti (Tiktok, Youtube, Whatsapp, Facebook) dan marathon drama Korea. Berdasarkan uraian diatas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian terkait seberapa besar hubungan tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dalam hal penyusunan tugas akhir (skripsi).

**Metode Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan April2022

Penelitian ini menggunakan motode survey analitik dengan desain *cross sectional*. Dimana dalam pengumpulan data dari variabel bebas dan variabel terikat akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. (Adiputra, dkk, 2021). Pada penelitian ini mencari hubungan tingkat stres dengan perilaku pokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dalam penyusunan tugas akhir (skripsi)

Variabel independen (variabel bebas) dalam penelitian ini adalah Tingkat Stres, variabel dependen (variabel terikat) dalam penelitian ini adalah Perilaku Prokrastinasi

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Semester Delapan (8) yang sedang mengambil mata kuliah Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo dengan jumlah 154 Mahasiswa.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling.. Dengan kriteria inklusi yaitu, mahasiswa semester VIII prodi keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi dan siap menjadi responden. Dan kriteria eksklusi mahasiswa yang ketika di hubungi tidak menjawap pesan serta mahasiswa yang mengajukan cuti. Dan juga peneliti menggunakan rumus Slovin yaitu sebagai berikut

n = N

1+ N (e)2

Keterangan :

n = Ukuran sampel/jumlah responden

N = Ukuran populasi

e = Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa ditolerir (0,1)

Rumus : n = : N

1 + N (e)2

154

1 + 154 (0,1)²

154

2,54

= 60, 62

Dari rumus diatas,maka jumlah responden yaitu: 61 orang.

H0:ρ ≠ 0,05 (Tidak ada hubungan tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada maahasiswa).

H1: ρ = 0,05 (Ada hubungan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa).

**Hasil Penelitian**

**Table 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Negeri Gorontalo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Umur | (n) | (%) |
| 1  2  3 | 20 tahun  21 tahun  22 tahun | 4  30  27 | 6,6 %  49,2 %  44,3 % |
|  | Total | 61 | 100 % |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Tabel 4.1 menunjukan bahwa karakteristik responden siswa Mahasiswa Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo yang berusia kisaran umur dari 20-22 tahun dengan sebagian besar yaitu responden yang berusia 20 tahun yang paling sedikit yaitu sebanyak 4 responden (6,6%), sedangkan untuk usia 21 tahun yang paling banyak yaitu 30 responden (49,2%) dan untuk usia 22 tahun yaitu sebanyak 27 responden (44.3%).

**Table 4.2 Distribusi Frekunesi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Negeri Gorontalo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Jenis Kelamin | (n) | (%) |
| 1  2 | Laki-Laki  Perempuan | 6  55 | 9,8 %  90,2 % |
|  | Total | 61 | 100% |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Tabel 4.2 menunjukan bahwa responden sebagian besar adalah responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 55 responden (90,2%). Sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 5 responden (9,8%).

**Analisa Univariat**

**Table 4.3 Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Penyusunan Skripsi Di Universitas Negeri Gorontalo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Tingkat Stres | Frekuensi | Presentase (%) |
| 1  2  3  4  5 | Normal  Ringan  Sedang  Berat  Sangat Berat | 1  14  23  16  7 | 1,6%  23,0%  37,7%  36,2%  11,5 |
|  | Jumlah | 61 | 100,0% |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 4.3, dapat diketahui bahwa tingkat stress pada mahasiswa dalam penyusunan tugas skripsi di Universitas Negeri Gorontalo yaitu untuk kategori normal yaitu 1 responden (1,6%), kategori ringan yaitu 14 responden (23,0%), kategori sedang yaitu 23 responden (37,7%), kategori berat yaitu 16 responden (36,2) dan untuk kategori sangat berat yait 7 responden (11,5%).

**Table 4.4 Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa Keperawatan Dalam Penyusunan Skripsi di Universitas Negeri Gorontalo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| No | Perilaku Prokrastinasi | Frekuensi | Presentase (%) |
| 1  2  3 | Sedang  Berat  Sangat Berat | 21  37  3 | 34,4%  60,7%  4,9% |
|  | Jumlah | 61 | 100,0% |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 4.4, dapat diketahui bahwa perilaku prokrastinasi

pada mahasiswa dalam penyusunan tugas skripsi di Universitas Negeri Gorontalo yaitu untuk kategori sedang yaitu 21

**Analisa Bivariat**

**Table 4.5 Analisis Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi**

**Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo Dalam Penyusunan Skripsi**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Tingkat stress | Perilaku Prokrastinasi | | | | | | Total | | *P-value* | *Correlation Coefficient* |
| Sedang | | Berat | | Sangat Berat | | Jumlah | % | 0,025 | 0,286% |
|  | N | % | N | % | N | % |
| Normal | 1 | 1,6% | 0 | 0,0% | 0 | 0,0% | 1 | 1,6% |
| Ringan | 6 | 9,8% | 7 | 11,5% | 1 | 1,6% | 14 | 23,0% |
| Sedang | 11 | 18,0% | 12 | 19,7% | 0 | 0,0% | 23 | 37,7% |
| Berat | 1 | 1,6% | 14 | 23,0% | 1 | 1,6% | 16 | 26,2% |
| Sangat Berat | 2 | 3,3% | 4 | 6,6% | 1 | 1,6% | 7 | 11,5% |
| Jumlah | 21 | 34,4% | 37 | 60,7% | 3 | 4,9% | 61 | 100,0 |

*Sumber : Data Primer, 2022*

Berdasarkan hasil penelitian yang terdapat di tabel 4.5, diperoleh bahwa mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi yang memiliki kategori tingkat stres normal dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 1 responden (1,6%). sedangkan untuk mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi dengan kategori tingkat stres ringan dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 6 responden (9,8%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 7 (11,5%) dan kategori perilaku prokrastinasi sangat berat sebanyak 1 responden (1,6%). Sedangkan untuk mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi dengan kategori tingkat stres sedang dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 11 responden (18,0%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 12 responden (19,7%). Sedangkan untuk mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi dengan tingkat stres kategori berat dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 1 responden (1,6%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 14 responden (23,0%) dan kategori perilaku prokrastinasi sangan berat sebanyak 1 responden (1,6%). Sedangkan untuk mahasiswa yang mengerjakan skripsi dengan tingkat stres sangat berat dengan jumlah perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 2 responden (3,3%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 4 responden (6,6%) dan kategori perilaku prokrastinasi sangat berat sebanyak 1 responden (1,6%). Hal ini menunjukan bahwa tingginya tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa keperawatan universitas negeri gorontalo yang menjadi sampel penelitian akan mempengaruhi perilaku mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank*, diperoleh nilai sig.(2-*tailed*) P-value = 0,025 (a < 0,05) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo, sedangkan nilai *Correlation Coefficient*adalah 0,286 yang artinya hubunganya cukup. Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi adalah cukup kuat dan arah hubunganya positif. Hubungan positif antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo menunjukan bahwa kedua variabel ini searah yang artinya semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi juga perilaku prokrastinasi sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin rendah juga perilaku prokrastinasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H1 dalam penelitian ini diterima, terdapat hubungan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dalam penyusunan Skripsi.

**Pembahasan (1,5 spasi)**

**Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo menunjukan bahwa dari 61 sampel yang dijadikan responden, yang memiliki tingkat stres normal yaitu 1 responden (1,6%), tingkat stres ringan sebanyak 14 responden (23,0%), tingkat stres sedang sebanyak 23 responden (37,7%), tingkat stres berat sebanyak 16 responden (26,2%) dan untuk tingkat stress sangat berat sebanyak 7 responden (11,5%). Yang artinya Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gororntalo lebih banyak memiliki tingkat stres sedang sebanyak 23 responden (37,7%) dan tingkat stres berat berada di urutan kedua yaitu sebanyak 16 responden (26,2%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa di Jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo bahwa tingkat stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih tinggi atau banyak yang terjadi pada mahasiswa memliki tingkat stres yakni sedang, sebanyak 23 responden.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh (Potter & Perry, 2012) dimana tingkat stres sedang adalah stres yang paling banyak terjadi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, hal ini dapat dilihat dari jawaban kuisoner yang di berikan oleh responden.

Berdasarkan pernyataan dari responden bahwa hal yang menyebabkan mahasiswa merasakan stres yang sangat tinggi karena sebanyak 19 responden mengatakan tidak sabaran, 17 responden mudah merasa gelisah, 15 responden mengatakan mudah merasa kesal serta 12 responden mengatakan mudah marah. Dalam hal ini terdapat 1 responden yang memiliki tingkat stres normal dikarenakan responden tersebut memberikan skor 1 atau skor terendah terhadap kuisoner yang dibagikan peneliti. hal ini sesuai dengan pernyataan responden dengan tingkat stres dilihat dari jawaban responden melalui kuisoner yang dibagikan peneliti dimana mereka memberikan skor teringgi yakni tiga terhadap kuisoner yang dibagikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan apa yang ditemukan oleh Nur & Zaujatul Amna (2016) dimana stres yang dirasakan mahasiswa merupakan suatu kondisi individu yang disertai dengan keadaan waspada dan tegang yang dirasakan terus-menerus serta mudah sedih atau frustasi . aspek stres yang terdiri dari sulit bersantai, mudah kesal/gelisah, mudah marah/ reaksi berlebihan, dan tidak sabaran.

Penelitian ini sejalan dengan teori menurut (Christopher 2020). Stres merupakan kondisi dnamis dimana seorang individu dihadapkan dengan kesempatan, keterbatasan, atau tuntutan sesuai dengan harapan dan hasil yang ingin dia dicapai dalam kondisi penting dan tidak menentu.

Penelitian ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Colbert,2011) yakni hal yang dapat menyebabkan stres yaitu tekanan dalam kehidupan dimana terdapat ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan serta kemampuan untuk mengatasinya

Pada mahasiswa semester akhir, kondisi stres akan semakin diperparah dengan adanya tuntutan dalam meneyelesaikan tugas skripsi. Beberapa penyebab munculnya stres pada mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah rendahnya keyakinan pada kemampuan diri sendiri serta kesulitan atau hambatan yang dialami dalam proses penyelesaian tugas skripsi (Agung & Budiani, 2013).

Broderick (2013), menyatakan bahwa saat mahasiswa mengalami perasaan yang tidak nyaman karena stres akademik maka akan cenderung menghilangkan perasaan tidak nyaman tersebut secepat mungkin, salah satu hal yang dilakukan oleh mahasiswa adalah dengan mencari aktivitas yang lebih menyenangkan dan menjauhkan diri dari tugas kuliah yang dapat memunculkan stres.

Dalam hal ini peneliti menemukan bahwa Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo yang memiliki tingkat stres paling tinggi terjadi pada mahasiswa dengan umur 21 tahun yakni sebanyak 30 responden (49,2%)dan untuk usia 22 tahun masuk dalam kategori terbanyak kedua yakni 27 responden (44,3%). hal ini juga sejalan dengan data yang didapatkan peneliti, dimana berdasarkan data menurut (WHO,2018) dimana prevlensi stres paling tinggi terjadi pada remaja didapatkan orang lebih mudah memiliki stres yang lebih tinggi yakni 60% dari usia 18-24 tahun.

Penelitian ini sejalan dengan penlitian (Ambarawati, dkk 2017) dimana dalam penelitian yang dilakukan di Universitas Magelang bahwa mahasiswa yang paling banyak mengalami stres yakni mahasiswa dengan kisaran umur 22 tahun yang lebih dominan dengam jumlah 48 mahasiswa (47,5%)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo bahwa data menunjukan mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami tingkat stres yakni 55 responden (90,2%) dan responden laki-laki sejumlah 6 responden (9,8%), dalam penelitian ini sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah perempuan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ulfatul, 2019) dalam hal ini faktor karakteristik jenis kelamin responden yang sebagian besar terjadi pada perempuan yang dapat mempengaruhi rendah tingginya tingkat stres. Terdapat perbedaan dengan respon antara laki-laki dan perempuan saat menghadapi konflik. Dimana perempuan lebih memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan stres yang memunculkan perasaan stres, gelisah, serta rasa takut sedangkan pada laki-laki lebih menikati adanya konflik tersebut dan menganggap konflik tersebut adalah dorongan yang positif.

**Perilaku Prokrastinasi Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo menunjukan bahwa dari 61 sampel yang dijadikan responden, yang memiliki perilaku prokrastinasi sedang yaitu sebanyak 21 responden (34,4%), dan untuk perilaku prokrastinasi berat yaitu sebanyak 37 responden (60,7%) sedangkan untuk perilaku prokrastinasi sangat berat yaitu sebanyak 3 responden (4,9%). Yang artinya Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gororntalo lebih banyak memiliki perilaku prokrastinasi berat sebanyak 37 responden (60,7%) dan perilaku prokrastinasi sedang berada di ururtan kedua yaitu 21 responden (34,4%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa di jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo bahwa perilaku prokrastinasi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih tinggi atau banyak terjadi pada mahasiswa memilki perilaku prokrastinasi yakni berat. Sebanyak 37 respoden (60,7%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gabriel, 2015) dengan melibatkan 60 sampel. dimana perilaku prokrastinasi berada pada kategori tinggi yakni (31,2%) dengan aspek-aspek yakni kecenderungan untuk menunda menyelesaikan skripsi, kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu di prioritaskan demi melakukan hal yang kurang penting, kecenderungan untuk menghindari ketidaknyamanan dan mengalami kesulitan dalam melakukan hal-hal yang tidak menyenangkan serta menyalahkan orang lain akan keadaan yang tidak menyenangkan.

Berdasarkan pernyataan dari responden bahwa hal yang menyebabkan mahasiswa melakukan perilaku prokrastinasi yang sangat tinggi karena sebanyak 40 responden mengatakan walaupun ada tugas skripsi yang harus dikerjakan mereka masih saja sibuk dengan hal lain, 38 responden mengatakan sering merasakan keragu-raguan pada saat memulai mengerjakan skripsi, 36 responden mengatakan masih sulit untuk mengonttrol diri untuk tidak membuang waktu, 34 responden mengatakan ketika tugas skripsi menjadi lebih sulit untuk dikerjakan saya akan menunda untuk mengerjakanya. hal ini sesuai dengan pernyataan responden dengan perilaku prokrastinasi dilihat dari jawaban responden melalui kuisoner yang dibagikan peneliti dimana mereka memberikan skor teringgi yakni tiga dan empat terhadap kuisoner yang dibagikan.

Penelitian ini sejalan dengan pernyataan (Fauziyah, 2015) bahwa rasa malas yang timbul dalam diri mahasiswa kerena kurangnya motivasi yang mengakibatkan mahasiswa lebih sulit memulai untuk mengerjakanya, selain itu yang juga dapat menjadi pemicunya yaitu mahasiswa cenderung lebih senang melakukan hal yang lebih menyenangkan seperti menonton film, main game, baca novel yang dapat mengakibatkan terbainya tugas kuliah. Penelitian ini sejalan dengan teori (Tuckman,1991) menjelaskan prokrastinasi sebagai kecenderungan untuk menunda atau penghindaran penuh terhadap suatu tugas akademik oleh individu secara sadar. Perilaku prokrastinasi memiliki satu aspek yaitu kecenderungan untuk membuang waktu, menunda dan menghindari tugas yang tidak menyenangkan.

Penelitian ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Ulum, 2016) dimana perilaku prokrastinasi atau penundaan pada tugas akademik yang dilakukan secara sadar dengan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan tidak penting, tidak bertujuan, tidak memperhatikan waktu sehingga dapat menimbulkan akibat negatif serta kerugian pada pelakunya.

Dalam hal ini peneliti menemukan bahwa mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo yang memiliki perilaku prokrastinasi paling tinggi terjadi pada mahasiswa dengan karakteristik usia dalam penelitian ini berkisaran antara 20 tahun sampai dengan 22 tahun.

Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Beutel, 2016) yang mengemukakan bahwa perilaku prokrastinasi berhubungan dengan rentang usia dimana usia 14 sampai dengan 29 tahun menunjukan tingkat prokrastinasi yang paling tinggi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo bahwa mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan memiliki perilaku prokrastinasi yang tinggi. Dalam hal ini sampel penelitian yang dijadikan sampel oleh peneliti juga sangat dominan yakni perempuan.

**Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Prokrastinasi Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo Dalam Penyusunan Skripsi**

Berdasarkan hasil uji statisti menggunakan Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank*, diperoleh nilai sig.(2-*tailed*) P-value = 0,025 (a < 0,05) yang artinya ada hubungan, sedangkan nilai *Correlation Coefficient*adalah 0,286 yang artinya tingkat kekuatan hubungan kedua variabel berada pada kategori cukup dan bernilai positif. Hubungan positif antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo menunjukan bahwa kedua variabel ini searah yang artinya semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi juga perilaku prokrastinasi sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin rendah juga perilaku prokrastinasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H0 ditolak dan H1 dalam penelitian ini diterima, adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dalam penyusunan Skripsi.

Sesuai dengan hasil yang diperoleh bahwa dari 61 responden (100%) mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi yang memiliki kategori tingkat stres normal dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 1 responden (1,6%). sedangkan untuk mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi dengan kategori tingkat stres ringan dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 6 responden (9,8%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 7 (11,5%) dan kategori perilaku prokrastinasi sangat berat sebanyak 1 responden (1,6%). Sedangkan untuk mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi dengan kategori tingkat stres sedang dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 11 responden (18,0%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 12 responden (19,7%). Sedangkan untuk mahasiswa keperawatan yang mengerjakan skripsi dengan tingkat stres kategori berat dengan perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 1 responden (1,6%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 14 responden (23,0%) dan kategori perilaku prokrastinasi sangan berat sebanyak 1 responden (1,6%). Sedangkan untuk mahasiswa yang mengerjakan skripsi dengan tingkat stres sangat berat dengan jumlah perilaku prokrastinasi sedang sebanyak 2 responden (3,3%), kategori perilaku prokrastinasi berat sebanyak 4 responden (6,6%) dan kategori perilaku prokrastinasi sangat berat sebanyak 1 responden (1,6%). Hal ini menunjukan bahwa tinggi dan rendahnya tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa keperawatan universitas negeri gorontalo yang menjadi sampel penelitian akan mempengaruhi perilaku mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

Hal ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Indah, Aspin & Sitti, 2020) dimana didapatkan bahwa penelitian yang dilakukan memiliki hubungan dengan nilai koefisien korelasi (r) = 0,644 dengan nilai signifikan (p) = 0,000 (p <0,05) sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang juga positif, dimana semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi juga perilaku prokrastinasi begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin rendah juga perilaku prokrastinasi.

Penelitian ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh (Handayani & Abdulah, 2016) yang menemukan bahwa stres yang dirasakan oleh mahasiswa menyebabkannya beralih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan enggan untuk memulai dan menyelesaikan skripsi.

Penelitian ini juga sejalan dengan apa yang dilakukan oleh (Andriani, dan Fatma, 2013) yakni mahasiswa yang merasa terbebani dan tidak tenang dalam mengerjakan skripsi akan mengalami stres yang pada akhirnya membuatnya malas dan kehilangan motivasi untuk menyelesaikan skripsi sehingga terjadinya prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

**Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti berkesimpulan sebagai berikut:

Responden yang memiliki tingkat stress dengan kategori normal sebanyak 1 orang (1,6%), responden kategori ringan 14 orang (23,0%), responden kategori sedang 23 orang (27,7%), dan untuk responden kategori sangat berat 7 orang (11,5%).

Responden yang memiliki perilaku prokrastinasi dengan kategori sedang sebanyak 21 orang (34,4%), responden kategori berat 37 orang (60,7%) dan untuk responden kategori sangat berat 3 orang (4,9%).

Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank*, diperoleh nilai sig.(2-*tailed*) P-value = 0,025 (a < 0,05) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo, sedangkan nilai *Correlation Coefficient* adalah 0,286 yang artinya hubunganya cukup. Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku prokrastinasi adalah cukup kuat dan arah hubunganya positif.

**Daftar Pustaka (1 spasi)**

Adinugrha, R. R., Titin. S., & Anisha. F. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Konferensi Ilmiah mahasiswa Unnisula (KIMU) 2.18 Oktober. ISSN 2720-9149, 367-373*

Adiputra, I. M, S., dkk (2021*). Metode Penelitian Kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

Agung. G., & Budiani. M. S. (2013). Hubungan kecerdasan emosi dan self efficacy dengan tingkat stress mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Character,* 1 (2)

Aisyah, S., Eka. P., & Agus. W. (2021). Studi Analisis Prokrastinasi Akaedemik Mahasiswa dalam mengerjakan Skripsi. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan.* Vol. 4. No. 4, 329-426

Anangkota, M. (2018). *Jangan Takut Menulis Skripsi*. Yogyakarta: Deepublish

Ambarawati, D. P., Sambodo. S. P., Retna. T. A. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*. Vol. 5. No 1, 40-47

APA (American Psychological Asseciation), (2010). *Procrastination or intentional delay?*. Diakses Minggu 13 Ferbuari 2022

<https://www.apa.org/gradpsych/2010/01/procrastination>

Aprila, S. N., & Nono, H. Y. (2022). Pengaruh regulasi emosi dan presepsi dukungan social terhadap stres Akademik Mahasiswa yang menyusun skripsi. *Buletin riset*

*Psikologi dan Kesehatan Mental*. Vol. 2. No. 1, 19-30

Arsib, I. & Dalimunthe. M. F. (2019). *Merawat Kekayaan Bangsa Negara*. Jakarta Guepedia

Astuti, Y. (2021). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari jenis Kelamin pada Mahasswa. *Jurnal Psikologi Unisyah*. Vol. 4. No. 2, 169-184

Ayela, M. A., Yilma, G. K., Fikir, M. (2016). Prevalence pd stres and associated factors among regular Students at debrebirhan governmental and nagovermental Health science colleges north showa zone, Ambara Region, Ethopia 2016. *Psychiatry journal*. Vol 2018, Artickel ID 7534937, 1-7

Bani, I. (2012). Prevelence of stres among medical Students in Jian University, Kingdom of Saudi Arabia. *Gulf medical journal*. Vol. 1. No. 1, 19-25

Barsaleli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*. Vol. 5. No 3, 147

Broderick, P. C. (2013), Learning To Breathe: a Mindfulness Curriculum for Adolescents to Cultivate Emotion Regulation, Attention, and Performance. Oakland: New Harbinger Publications.

Brown, William F & Holtzman, Waye H. (1967). Surfey of Sudy Habits and Attitudes Mnual*, The Psychologi Corporation*. New York

Burhani, I. I. (2016). *Pemaknaan prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa semester akhir di Universitas Muhamadiyah Surakarta*. Skripsi. Surakarta: Unversitas Muhammadiyah

Christoper H. I. (2020). Hubungan perilaku prokrastinasi terhadap tingkat stress mahasiswa bimbingan dan konseling Ikip Gunungsitoli. *Jurnal ilmiah DIDAKTIK IKIP Gunungsitoli*. Vol. 14. No. 1, 2363-2370

Damar, Aditama. (2017). Hubungan antara spiritualitas dan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Jurnal EL-Tarbawi*, Vol. 10. No. 2, 39–62

Eka., M. A., Herlan, P.,& Suhadianto. (2017). Control diri dan prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, 1-10

Elvitasari, W., (2015). *Hubungan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*, Fakultas Psikologi Universitas Semarang

Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Psympathic: *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2. No.2, 123-132.

Gabriel., O. A. S. (2015). *Hubungan Antara stress akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang skripsi di Universitas Kristen Satya Wacana*. Skripsi

Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi Psympathic : *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 5. No. 1, 115–130

Ghufron, N. M., & Risnawita, R. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakata: Ar-Ruzz Media

Gunawan, Y. E. S., Landi. M., & Anthasari. D. (2018). Hubungan Antara Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Proposal Di Prodi Keperawatan Waingapu. *Jurnal Info Kesehatan,*Vol. 16. No. 1, 72–82

Hardin, F. (2019). Hubungan Konsep Diri Dengan Tingkat Stres Dalam Menyusun Skripsi Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Stikes Ramin. *Journal of Social and Economics Research* Vol. 1. No. 1, 22–29.

Hidayah, N., & Atmoko, A. (2014*). Landasan social budaya dan psikologi Pendidikan. Malang*: Penerbit Gunung Semarang

Indah., A. O., Aspin. & Sitti., M. K (2020). Hubungan tingkat stress dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa Fkip Uho yang sedang menyusun skripsi. Jurnal SUBLIMAPSI. Vol. 1. No. 1, 19-26

Indrawati, I. (2018) *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademk pada Siswa Kelas 2 di Sma*. Skripsi, Universitas Ahmad Dahlan

Kathleen, M., Jesica, F.,& Laila, M. (2018). *Prevelence and predictors pf stress and anxiety Among college Students 2018*. Academic Festival 3

Kuchler, A. M., Albus. P., Ebert. D, D., & Baumeiste., H. (2019). Effectiveness of an internet-based intervention for procrastination in college students (Studi Care Procrastination). *Study Protocol of a randomized controlled trial. Internet interventions*, 17, 100245

Lestary, L. D., & Dewi, D. K. (2018) Hubungan Efikasi Diri Dan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Diversita*. Vol 4, No. 2, 90-98

Mahmud, R., & Uyun, Z. (2016). Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada Mahasiswa Praktikum. Indigenous: *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 1. No. 2, 52–61.

Musradinur. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. JURNAL EDUKASI: *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 2. No. 2, 183.

Nur, A., & Zaujatul, A. (2016). Hubungan antara stres dengan prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universits Syiah Kuala. *Jurnal ilmiah Mahasiswa Psikolog*. Vol. 1. No. 3, 62-70

Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis.* Edisi. 4. Jakarta: Salemba Medika

Nursalam (2011). *Konsp dan penerapan metodelogi penelitian ilmu keperawatan*. Jakaeta: Salemba Medika

Priyoto, (2014). Konsep Manajemen Stres. Nuha Medika: Yogyakarta

PSIK UNG, (2020). *Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah: Skripsi*

*Program Sarjana (S-1)*. Gorontalo:

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Negeri Gorontalo

Putri, S. A. E (2018). *Hubungan antara Avoidance coping dengan prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Skripsi. Malang*: Universitas Muhammadiyah Malang

Ramadhani, A. (2016). Hubungan Konformitas dengan Prokrastinasi Akademik dalam menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Psikoborneo*: Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 4. No. 3, 383-390

Rahmat, & Bakhrul. K. A. (2020). Hambatan Mahasiswa Dalam Mengerjakan Tugas Akhir (Skripsi) Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial UNIMED. *Jurnal Antropologi Sumatera*. Vol. 18. No. 2, 107-116

Riskesdas (2018). Hasil utama Riskesdas 2018, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan.

Saputra, A. (2010). Kuisioner Dass-42. Diakses Minggu 13 Ferbuary 2022 [*https://id.scribf.com/doc/41006241/KUISONER-DASS-42*](https://id.scribf.com/doc/41006241/KUISONER-DASS-42)

Sari, A, P. (2019). *Faktor-faktor penyebab prokrsastinasi pada Mahasiswa yang lambat dalam penulisan skripsi di FKIP Universitas Sanata Dharma*. Skripsi, Universitas Sanata Dharma

Setiadi (2012*). Konsep & penulisan dokumentasi Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Seto, B. S., Maria. T. S. W., & Maria. F. M. (2020). Hubungan Motivasi

terhadap Tingkat Stres Mahasiswa dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). Vol. 4. No. 3, 733-739

Soloman, J. L., & Rothblum, E. D (1984). Academic procrastination: Frequency and Cognitive-Behavior Correlates. *Journal of Counseling Psychology.* Vol. 31. No. 4, 503-509

Sugiyono, (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Syifa, A., & Ria, U. P. (2019) kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada Mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Vol. 7. No. 2, 127-134

Tuckman, B. W. (1990*). Measuring procrastination attitudinally and behaviorally. Paper presented at meeting of American Education* research Association at April 1990. Boston

Tuckman, B. W. (1991). “The Development and Concurrent Validity od The Procrastination Scale” *Educational and Psychological Measurement*.

Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012, *Tentang Pendidikan Tinggi.*Tahmbahan Lembaran Negara Republk Indonesia No. 5336. Jakarta

Usraleli., Melly., & Delina. R. (2020) Hubungan Strategi Koping Dengan Tingkat StresMahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau Yang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah*. Vol. 20. No 3, 967-970

Wahyudi, R. (2017). Faktor- faktor yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Program Transfer Keperawatan yang Sedang Menyusun Skripsi. *Researchgate,*Vol. 1. No. 1, 446–459.

Wangid, M. N. (2019). Prokrastinasi Akademik: Perilaku yang harus dihilangkan. TAZKIYA: *journal of Psychology*. Vol. 2. No.2

Warsyiah, (2015). Perilaku Menyontek Mahasiswa Musim. *Jurnal Wahana Akdemika*. Vol. 2. No. 2, 1-22

World Health Organization (2018). Mental health statistics stress 2018. UK: WHO

Yusuf, M., & Faruq. A. S. S. M. (2017*). Manajemen Konflik dan Stres (Orientasi dalam Organisasi)*. Surabaya: Wade Group

Zainiyah, R.., Dewi. E. I., & Wantiyah. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Afirmasi terhadap Stres Mahasiswa yang Menempuh Skripsi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. *Jurnal Pustaka Kesehatan,* Vol. 6. No. 2, 319-322.