

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia mengalami stres agar berusaha menjadi lebih baik lagi. Akan tetapi, stres berlebih dapat mengakibatkan terganggunya psikologis seseorang dikarenakan kehatanan yang berbeda-beda. Salah satu fenomena stress yang sering terjadi dalam seseorang mahasiswa adalah stres dalam menyusun skripsi (Sutjiato dan Tucunan, 2015). Hal ini diperkuat oleh National College Health Assesment (2014), bahwa 33% mahasiswa mengalami depresi dalam satu tahun belakangan akibat sulit berkonsentrasi, 9% persen mengaku sempat terlintas untuk bunuh diri, 20% mahasiswa sering mencari konsultan jiwa, 38% mengalami stres karena beban tugas.

Stres merupakan perasaan tidak nyaman, tidakenak, ataupun tertekan, baik psikis ataupun fisik melalui respon dan reaksi seriap individu terhadap stresor yang membebani, mengancam, mengganggu, maupun membahayakan keselamatan, kepentingan, serta keinginan, atau kesejahteraan hidupnya (Yusuf, 2015). Stres dapat membantu dan menstimulasi individu untuk bertindak positif. Stres pengerjaan skripsi pun dapat bersifat negatif serta positif. Stres yang bersifat positif antara lain termotivasi untuk menulis skripsi, sedangkan stres yang bersifat negatif membuat mahasiswa malas, motivasi menghilang, menunda-nunda pekerjaan bahkan memutuskan tidak menyelesaikan skripsi dan memilih bunuh diri seperti kejadian satu tahun

yang lalu di salah satu perguruan tinggi negeri dikota Bandung (Sutjiato dan Tucunan, 2015).

Salah satu dampak dari stres adalah menunda-nunda pekerjaan atau prokrastinasi merupakan keinginan menunda dalam penyelesaian suatu tugas yang berkaitan dengan pengelolaan dan pemanfaatan waktu. Istilah prokrastinasi pertama dicetuskan oleh Brown dan Holtzman pada tahun 1967 (Ferrari, dkk, 1995). Berasal dari Bahasa latin “procrastinare” yang berarti penundaan suatu hal hingga hari akhir ditentukan batas waktu. Menurut Milgram (1991), beranggapan bahwa prokrastinasi dilakukan oleh seseorang semata-mata guna melengkapi tugas. Prokrastinasi juga bisa mengakibatkan seseorang mengalami kegagalan sehingga seseorang akan merasakan takut yang bertekanan yang membuat seseorang malas dan melakukan penundaan tugas, kehilangan kesempatan yang akan datang, dan akan mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa (Muis, 2014)

Hasil penelitian yang dilakukan Riyanto (2014) di Universitas Esa Unggul Jakarta Barat diperoleh hubungan positif dan signifikan antara stres dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Esa Unggul yang cenderung memiliki stres rendah 52%, dan prokrastinasi akademik cenderung tinggi sebesar 58%.

Hasil studi lapangan, peneliti menemukan bahwa 8 dari 10 mahasiswa menyatakan bahwa mengalami beberapa kesulitan saat mengerjakan skripsi, antara lain ialah mencari topik atau judul skripsi, referensi jurnal atau buku, mencari dosen yang terlalu sibuk, malas mengerjakan, dll. Segala hal tersebut

membuat beberapa mahasiswa menjadi malas yang kemudian menunda tugas mereka. Dari hasil observasi pada data kelulusan didapatkan bahwa terjadi pergeseran waktu rata-rata kelulusan mahasiswa. Kelulusan yang seharusnya dapat ditempuh 3,5 sampai 4 tahun, saat ini rata-rata mahasiswa menyelesaikan kuliah dalam waktu 4,5 sampai 5 tahun bahkan bisa lebih.

Berdasarkan permasalahan diatas maka peneliti mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Tingkat Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi di Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang dikemukakan dapat dirumuskan masalah dan diangkat kepenelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan tingkat prokrastinasi pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Semarang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Teknik UNISSULA.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik mahasiswa teknik angkatan 2014-2015
- b. Mengidentifikasi tingkat stress mahasiswa teknik angkatan 2014-2015

- c. Mengidentifikasi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa teknik angkatan 2014-2015
- d. Menganalisis hubungan antara tingkat stres dan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa teknik angkatan 2014-2015

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat diharapkan bisa menambah ilmu untuk para pembaca terkhusus untuk departemen keperawatan jiwa serta memberikan informasi ilmiah tentang tingkat stress dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di fakultas Teknik di Unissula.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian diharapkan mampu memberikan masukan pemikiran untuk pihak yang berkepentingan terutama mahasiswa tingkat akhir, dosen, sehingga dapat menjadi masukan bagi optimalisasi pelaksanaan pembelajaran.

3. Untuk Masyarakat

Dimana dari hasil penelitian ini dilakukan, diharapkan bisa memberikan informasi dikalangan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas asuhan keperawatan jiwa oleh tenaga kesehatan khususnya perawat, dan memberikan masukan pada profesi keperawatan untuk memperbanyak penelitian tentang stress terhadap prokrastinasi akademik.