



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 1 (2026) pp: 5444-5451

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Analisis Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Profesi Ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Milla Nur Fitri¹, Desti Puswati², Dini Maulinda³, Gita Adelia⁴
¹²³⁴Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru
milla.nur.fitri@gmail.com

Abstrak

Pada mahasiswa profesi ners, tuntutan akademik yang padat disertai kewajiban praktik klinik yang intensif menuntut kemampuan pengelolaan diri yang baik. Apabila kemampuan tersebut belum berkembang secara optimal, kondisi ini dapat meningkatkan kecenderungan munculnya prokratinasi akademik, yaitu perilaku menunda pengerjaan tugas akademik yang berdampak negatif terhadap capaian belajar, kondisi psikologis, serta pembentukan sikap profesional mahasiswa. Tujuan penelitian untuk menganalisis prokrastinasi akademik mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analisis deskriptif. Sampel penelitian menggunakan teknik total sampling yang berjumlah 188 orang. Data dikumpulkan dengan kuisioner prokrastinasi akademik. Hasil pengujian menunjukkan seluruh item pernyataan valid dengan nilai r hitung $> 0,30$ serta memiliki reliabilitas tinggi dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,853. Analisis data univariat dengan hasil mayoritas mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi akademik rendah sebesar 40,4%. Berdasarkan analisis pada setiap aspek, mahasiswa tidak menunjukkan penundaan memulai dan mengerjakan tugas (51,1%), 51,6% mahasiswa tidak mengalami kelambanan dalam mengerjakan tugas akademik, 53,7% sesuai antara rencana dan pelaksanaan tugas, serta 52,7% cenderung tidak mengalihkan perhatian pada aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa profesi ners didominasi kategori rendah, di mana mayoritas mahasiswa tidak menunda, tidak mengalami kelambanan, memiliki kesesuaian antara perencanaan dan pelaksanaan tugas, serta tidak cenderung melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Institusi pendidikan disarankan untuk mempertahankan pembinaan manajemen waktu dan regulasi diri mahasiswa.

Kata kunci: Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa Profesi Ners, Pendidikan Keperawatan

1. Latar Belakang

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu permasalahan psikologis dan perilaku yang paling sering ditemukan dalam konteks pendidikan tinggi modern. Fenomena ini tidak hanya terjadi pada mahasiswa dengan kemampuan akademik rendah, tetapi juga pada mahasiswa berprestasi yang sebenarnya memiliki kapasitas intelektual memadai, namun mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, mengelola emosi, dan mempertahankan motivasi akademik. Secara konseptual, prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk secara sengaja menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik meskipun individu tersebut menyadari adanya konsekuensi negatif dari perilaku tersebut (Aliyah et al., 2024; Ferrari, 1995, di dalam Enggal, 2020). Definisi ini menekankan adanya unsur kesengajaan, kesadaran terhadap dampak, serta pola perilaku yang berulang, sehingga prokrastinasi bukan sekadar keterlambatan biasa, melainkan bentuk kegagalan regulasi diri dalam konteks akademik.

Dalam konteks pendidikan tinggi, prokrastinasi akademik memiliki implikasi yang signifikan terhadap kualitas proses dan hasil pembelajaran. Hasil meta-analisis yang dilakukan oleh Akpur (2020) menunjukkan bahwa prokrastinasi berkorelasi negatif secara signifikan dengan pencapaian akademik. Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi tinggi cenderung memperoleh nilai yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa dengan tingkat prokrastinasi rendah. Selain berdampak pada performa akademik, prokrastinasi juga berkontribusi terhadap meningkatnya stres, kecemasan akademik, serta tekanan psikologis akibat akumulasi tugas yang tidak terselesaikan tepat waktu (Hemida et al., 2024). Kondisi ini dapat menciptakan siklus maladaptif, di mana stres yang meningkat justru memperburuk kecenderungan untuk menunda tugas berikutnya.

Mahasiswa profesi ners merupakan kelompok yang memiliki karakteristik akademik dan profesional yang unik dibandingkan mahasiswa program sarjana reguler. Pendidikan profesi ners dirancang untuk menghasilkan perawat profesional yang memiliki kompetensi klinis, etika, serta tanggung jawab tinggi dalam memberikan asuhan keperawatan. Berdasarkan Pedoman Penyelenggaraan Program Studi Profesi Ners yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), mahasiswa profesi ners diwajibkan mengikuti praktik klinik secara intensif di berbagai lahan pelayanan kesehatan, menjalani sistem rotasi, serta memenuhi standar kompetensi yang ketat sebelum dinyatakan lulus. Tuntutan tersebut menempatkan mahasiswa pada situasi akademik yang kompleks, di mana mereka harus menyeimbangkan antara penyelesaian tugas akademik, praktik klinik berbasis shift, serta persiapan evaluasi kompetensi.

Tekanan akademik dan profesional yang tinggi pada mahasiswa profesi ners berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap prokrastinasi apabila tidak diimbangi dengan kemampuan regulasi diri yang baik. Priyono et al. (2019) menyatakan bahwa konsep diri dan kemampuan pengelolaan diri berperan penting dalam menekan kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa profesi ners. Mahasiswa yang memiliki persepsi diri positif, disiplin, dan orientasi tanggung jawab profesional cenderung lebih mampu menyelesaikan tugas tepat waktu. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat stres tinggi, kelelahan fisik akibat praktik klinik, serta manajemen waktu yang kurang optimal lebih rentan menunjukkan perilaku penundaan (Putri et al., 2023).

Secara teoritis, prokrastinasi akademik bersifat multidimensional. Ferrari (1995, di dalam Enggal, 2020) menjelaskan bahwa prokrastinasi tidak hanya ditandai oleh penundaan memulai tugas, tetapi juga mencakup kelambanan dalam menyelesaikan tugas yang telah dimulai, ketidaksesuaian antara perencanaan dan pelaksanaan, serta kecenderungan mengalihkan perhatian pada aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Aspek penundaan memulai tugas sering kali berkaitan dengan persepsi kesulitan, rendahnya motivasi, atau kecemasan terhadap hasil yang akan dicapai. Sementara itu, kelambanan dalam penyelesaian tugas dapat dipengaruhi oleh distraksi, kelelahan, maupun ketidakmampuan menetapkan prioritas.

Aspek ketidaksesuaian antara rencana dan pelaksanaan tugas mencerminkan adanya kesenjangan antara niat dan perilaku aktual. Yuniar dan Yustiana (2022) menyebutkan bahwa mahasiswa sering kali telah menyusun jadwal atau perencanaan akademik, namun gagal merealisasikannya secara konsisten. Kesenjangan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi bukan semata-mata persoalan kurangnya niat, melainkan berkaitan erat dengan lemahnya kontrol diri dan pengaturan emosi. Di sisi lain, kecenderungan mengalihkan perhatian pada aktivitas yang lebih menyenangkan, seperti penggunaan media sosial atau aktivitas hiburan, sering kali digunakan sebagai mekanisme penghindaran sementara terhadap tekanan akademik (Ramadhanti et al., 2024). Meskipun memberikan rasa nyaman jangka pendek, perilaku ini justru memperbesar beban akademik di kemudian hari.

Dalam konteks mahasiswa keperawatan, beberapa penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik masih ditemukan pada tingkat sedang hingga tinggi. Ahmed et al. (2023) melaporkan bahwa prevalensi prokrastinasi pada mahasiswa kesehatan cukup signifikan dan berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis. Hemida et al. (2024) juga menemukan bahwa kecemasan akademik memiliki hubungan dengan perilaku prokrastinasi pada mahasiswa keperawatan, dengan regulasi emosi kognitif berperan sebagai mediator. Hal ini menunjukkan bahwa dinamika psikologis mahasiswa keperawatan tidak dapat dilepaskan dari beban akademik dan praktik klinik yang mereka jalani.

Penelitian oleh Aliyah et al. (2024) menyoroti hubungan antara self-efficacy dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, semakin rendah kecenderungan prokrastinasi yang ditunjukkan. Efikasi diri berperan dalam meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya menyelesaikan tugas, sehingga mengurangi kecenderungan untuk menunda. Selain itu, Agustina et al. (2025) menemukan bahwa self-regulated learning memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mampu menetapkan tujuan belajar, memonitor kemajuan, serta mengevaluasi strategi belajar cenderung lebih disiplin dalam menyelesaikan tugas.

Faktor internal seperti kelelahan fisik akibat praktik klinik, stres akademik, serta kecemasan menghadapi evaluasi kompetensi juga turut berkontribusi terhadap munculnya prokrastinasi (Putri et al., 2023; Hemida et al., 2024). Sementara itu, faktor eksternal seperti beban tugas yang tinggi, jadwal praktik berbasis shift, serta lingkungan belajar yang kurang kondusif dapat memperkuat kecenderungan penundaan (W. Widodo, 2023). Interaksi antara faktor internal dan eksternal ini menjadikan prokrastinasi sebagai fenomena kompleks yang memerlukan pendekatan analisis komprehensif.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan, sebagian besar studi masih berfokus pada tingkat prokrastinasi secara umum atau hubungan dengan satu variabel tertentu, seperti stres, burnout, atau efikasi diri. Kajian yang secara khusus menganalisis prokrastinasi berdasarkan aspek-

aspek perilaku secara rinci pada mahasiswa profesi ners masih relatif terbatas. Padahal, pemahaman berbasis aspek sangat penting untuk mengidentifikasi pola dominan perilaku penundaan yang terjadi. Misalnya, apabila aspek dominan adalah pengalihan perhatian, maka intervensi dapat difokuskan pada penguatan kontrol diri terhadap distraksi digital. Sebaliknya, apabila aspek dominan adalah ketidaksesuaian antara rencana dan pelaksanaan, maka pelatihan manajemen waktu dan perencanaan akademik menjadi prioritas.

Dalam konteks pendidikan profesi ners, pemahaman mendalam mengenai prokrastinasi akademik memiliki implikasi strategis terhadap pembinaan profesionalisme calon perawat. Pendidikan profesi menuntut mahasiswa tidak hanya kompeten secara kognitif, tetapi juga disiplin, bertanggung jawab, serta mampu bekerja secara sistematis dalam lingkungan klinik yang dinamis. Perilaku prokrastinasi yang tidak terkelola berpotensi mengganggu proses pembentukan sikap profesional, karena kebiasaan menunda dapat terbawa hingga praktik kerja nyata setelah lulus. Oleh karena itu, identifikasi pola prokrastinasi sejak masa pendidikan menjadi langkah preventif yang penting.

Berdasarkan uraian tersebut, analisis prokrastinasi akademik pada mahasiswa profesi ners perlu dilakukan secara komprehensif dengan meninjau setiap aspek perilaku prokrastinasi, yaitu penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, kelambanan dalam pengerjaan tugas, ketidaksesuaian antara rencana dan pelaksanaan, serta kecenderungan mengalihkan perhatian pada aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Pendekatan ini memungkinkan institusi pendidikan untuk memperoleh gambaran yang lebih spesifik mengenai dinamika prokrastinasi yang terjadi. Dengan demikian, hasil penelitian dapat menjadi dasar dalam merancang strategi pembinaan akademik yang berbasis bukti, seperti penguatan self-regulated learning, pelatihan manajemen waktu, peningkatan efikasi diri, serta dukungan psikologis bagi mahasiswa yang mengalami tekanan akademik tinggi.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prokrastinasi akademik berdasarkan aspek-aspeknya pada mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan kebijakan akademik serta strategi intervensi yang mendukung peningkatan profesionalisme dan kesiapan kerja calon perawat di masa depan.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran empiris mengenai tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru tanpa melakukan manipulasi atau intervensi terhadap variabel yang diteliti. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh data numerik yang objektif dan terukur mengenai kecenderungan perilaku penundaan akademik, sehingga hasil penelitian dapat dianalisis secara statistik untuk menggambarkan distribusi tingkat prokrastinasi secara komprehensif (Akpur, 2020). Desain deskriptif digunakan untuk memotret fenomena sebagaimana adanya di lapangan, sesuai dengan tujuan penelitian yang berfokus pada pemetaan tingkat dan aspek prokrastinasi akademik, bukan untuk menguji hubungan sebab-akibat antarvariabel.

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru yang berjumlah 188 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan responden penelitian. Penggunaan total sampling bertujuan untuk meningkatkan representativitas data dan meminimalkan bias sampling, sehingga hasil penelitian benar-benar mencerminkan kondisi aktual mahasiswa profesi ners secara keseluruhan (Priyono et al., 2019). Dengan melibatkan seluruh populasi, penelitian ini memiliki kekuatan dalam menggambarkan tingkat prokrastinasi akademik secara menyeluruh pada konteks institusi tersebut.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner prokrastinasi akademik yang diadaptasi dari Enggal (2020), terdiri atas 15 item pernyataan yang mencakup empat aspek utama, yaitu penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, kelambanan dalam mengerjakan tugas, ketidaksesuaian antara perencanaan dan pelaksanaan, serta kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Penggunaan instrumen ini didasarkan pada kerangka konseptual prokrastinasi akademik yang bersifat multidimensional (Ferrari, 1995, dalam Enggal, 2020). Analisis data dilakukan secara univariat untuk menyajikan distribusi frekuensi dan persentase, sehingga diperoleh gambaran proporsi mahasiswa pada setiap kategori tingkat dan aspek prokrastinasi akademik secara sistematis dan terstruktur.

3. Hasil dan Diskusi

Berdasarkan pengumpulan dan analisis data terhadap 188 mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, hasil penelitian disajikan dalam bentuk analisis univariat yang meliputi karakteristik responden serta gambaran prokrastinasi akademik secara umum dan berdasarkan aspek-aspeknya. Analisis univariat

digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel sehingga memberikan pemahaman deskriptif mengenai kondisi prokrastinasi akademik mahasiswa profesi ners.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Laki-laki	25	13,3
2	Perempuan	163	86,7
Total		188	100

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 163 orang (86,7%), sedangkan laki-laki berjumlah 25 orang (13,3%). Distribusi ini menunjukkan bahwa mahasiswa profesi ners di institusi tersebut didominasi oleh perempuan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Jalil et al. (2020) yang menyatakan bahwa pendidikan keperawatan di Indonesia secara umum lebih banyak diminati oleh perempuan karena faktor historis, sosial, dan persepsi masyarakat terhadap profesi perawat.

Dominasi perempuan dalam pendidikan keperawatan juga mencerminkan karakteristik profesi yang identik dengan nilai empati, kepedulian, dan peran caregiving. Namun demikian, jenis kelamin tidak dapat dijadikan determinan utama dalam menjelaskan tingkat prokrastinasi akademik. Akpur (2020) dalam meta-analisisnya menegaskan bahwa prokrastinasi akademik lebih dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti regulasi diri, motivasi intrinsik, dan manajemen waktu dibandingkan faktor demografis semata. Dengan demikian, distribusi jenis kelamin dalam penelitian ini lebih menggambarkan karakteristik populasi daripada faktor penentu perilaku prokrastinasi.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Profesi Ners

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Tinggi	56	29,8
2	Sedang	56	29,8
3	Rendah	76	40,4
Total		188	100

Berdasarkan Tabel 2, sebanyak 76 responden (40,4%) berada pada kategori prokrastinasi akademik rendah, sedangkan kategori sedang dan tinggi masing-masing sebesar 29,8%. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa profesi ners memiliki tingkat prokrastinasi yang relatif rendah.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Priyono et al. (2019) yang menyatakan bahwa sistem pendidikan profesi ners yang terstruktur, berbasis kompetensi, serta disertai praktik klinik intensif dapat menekan perilaku penundaan akademik. Pendidikan profesi menuntut mahasiswa untuk menyelesaikan laporan asuhan keperawatan, dokumentasi klinik, serta evaluasi kompetensi secara tepat waktu, sehingga membentuk pola disiplin akademik yang kuat.

Namun demikian, proporsi kategori sedang dan tinggi yang mencapai hampir 60% menunjukkan bahwa prokrastinasi tetap menjadi fenomena yang perlu mendapat perhatian. Ahmed et al. (2023) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik berdampak pada peningkatan stres, kecemasan akademik, serta penurunan performa belajar. Oleh karena itu, meskipun mayoritas berada pada kategori rendah, intervensi preventif tetap diperlukan untuk kelompok sedang dan tinggi.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aspek Penundaan Memulai dan Menyelesaikan Tugas

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Tidak Menunda	96	51,1
2	Menunda	92	48,9
Total		188	100

Pada aspek penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, sebanyak 96 responden (51,1%) tidak menunjukkan perilaku menunda, sedangkan 48,9% masih menunda. Aspek ini merupakan inti dari konsep prokrastinasi

akademik sebagaimana dikemukakan Ferrari (1995 dalam Enggal, 2020), yaitu kecenderungan menunda memulai atau menyelesaikan tugas meskipun menyadari konsekuensi negatifnya.

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas tidak menunda, proporsi yang hampir seimbang mengindikasikan bahwa penundaan masih menjadi tantangan signifikan. Thohiroh dan Wisma (2025) menjelaskan bahwa mahasiswa sering kali menunda karena persepsi kesulitan tugas, kurangnya motivasi, serta tekanan akademik yang tinggi. Dalam konteks profesi ners, beban praktik klinik dan jadwal shift dapat menjadi faktor yang memengaruhi keputusan untuk menunda tugas akademik.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aspek Kelambanan Dalam Mengerjakan Tugas Akademik

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Tidak Lambat	97	51,6
2	Lambat	91	48,4
Total		188	100

Pada aspek kelambanan, sebanyak 51,6% responden tidak mengalami kelambanan dalam menyelesaikan tugas, sementara 48,4% mengalami keterlambatan. Aspek ini berbeda dengan penundaan memulai tugas; mahasiswa mungkin telah memulai tugas, tetapi proses penyelesaiannya berjalan lambat.

Ahmed et al. (2023) menyatakan bahwa kelambanan sering berkaitan dengan manajemen waktu yang kurang optimal, distraksi, serta kelelahan akademik. Dalam pendidikan profesi ners, kelelahan akibat praktik klinik dapat memengaruhi energi dan konsentrasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Dengan demikian, meskipun sebagian besar mahasiswa tidak lambat, hampir setengah responden masih menghadapi tantangan dalam efisiensi penyelesaian tugas.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aspek Ketidakesesuaian Antara Rencana dan Pelaksanaan Tugas

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Sesuai	101	53,7
2	Tidak Sesuai	87	46,3
Total		188	100

Sebanyak 53,7% mahasiswa menunjukkan kesesuaian antara rencana dan pelaksanaan tugas, sedangkan 46,3% belum konsisten. Yuniar dan Yustiana (2022) menjelaskan bahwa kesenjangan antara perencanaan dan pelaksanaan merupakan karakteristik utama prokrastinasi akademik, di mana individu memiliki niat kuat namun gagal dalam implementasi.

Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa profesi ners relatif mampu menyusun perencanaan akademik dan merealisasikannya. Namun, hampir setengah responden masih mengalami inkonsistensi, yang kemungkinan dipengaruhi oleh perubahan jadwal klinik, kelelahan, atau tekanan tugas. Hal ini menegaskan pentingnya penguatan self-regulated learning sebagaimana dijelaskan Agustina et al. (2025), yang menyatakan bahwa regulasi diri berperan signifikan dalam menekan prokrastinasi akademik.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aspek Kecenderungan Melakukan Aktivitas Lain Yang Lebih Menyenangkan

No	Kategori	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Tidak Cenderung	99	52,7
2	Cenderung	89	47,3
Total		188	100

Sebanyak 52,7% responden tidak cenderung mengalihkan perhatian ke aktivitas lain yang lebih menyenangkan, sedangkan 47,3% masih menunjukkan kecenderungan tersebut. Ramadhanti et al. (2024) menyatakan bahwa pengalihan aktivitas merupakan bentuk penghindaran terhadap tekanan akademik dan sering berkaitan dengan kontrol diri yang rendah.

Dalam konteks mahasiswa profesi ners, aktivitas non-akademik seperti penggunaan media sosial atau aktivitas rekreasi dapat menjadi distraksi. Namun, mayoritas responden menunjukkan kontrol diri yang cukup baik. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa telah memiliki kesadaran profesional terhadap tanggung jawab akademik.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 188 mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan (86,7%), sedangkan laki-laki hanya 13,3%. Komposisi ini mencerminkan karakteristik umum pendidikan keperawatan di Indonesia yang secara historis dan sosial lebih banyak diminati oleh perempuan. Penelitian oleh Jalil et al. (2020) menunjukkan bahwa dominasi mahasiswa perempuan dalam pendidikan keperawatan berkaitan dengan persepsi sosial mengenai peran caring, empati, dan ketelatenan yang secara kultural dilekatkan pada perempuan. Selain itu, perempuan dalam konteks akademik keperawatan sering kali menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi dalam kegiatan pembelajaran dan praktik klinik (Jalil et al., 2020).

Namun demikian, proporsi jenis kelamin tidak dapat secara langsung dijadikan indikator tingkat prokrastinasi akademik. Prokrastinasi lebih banyak dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti regulasi diri, efikasi diri, motivasi intrinsik, serta tingkat stres akademik (Aliyah et al., 2024; Akpur, 2020). Dengan demikian, dominasi responden perempuan dalam penelitian ini tidak secara otomatis menjelaskan rendahnya tingkat prokrastinasi akademik, melainkan perlu dianalisis dalam konteks tuntutan pendidikan profesi ners yang memiliki sistem pembelajaran terstruktur dan berbasis kompetensi.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa 40,4% mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi akademik rendah. Meskipun persentase ini bukan mayoritas absolut (>50%), angka tersebut merupakan kategori tertinggi dibandingkan kategori sedang dan tinggi yang masing-masing sebesar 29,8%. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan prokrastinasi pada mahasiswa profesi ners relatif terkendali. Temuan ini sejalan dengan penelitian Priyono et al. (2019) yang menyatakan bahwa mahasiswa profesi ners cenderung memiliki tingkat prokrastinasi lebih rendah dibandingkan mahasiswa program sarjana reguler karena sistem pendidikan profesi menekankan kedisiplinan, tanggung jawab klinik, serta evaluasi berbasis kompetensi yang ketat.

Menurut pedoman pendidikan profesi ners yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), mahasiswa profesi ners menjalani praktik klinik dengan sistem rotasi dan shift yang menuntut kesiapan akademik serta profesional secara simultan. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk menyelesaikan dokumentasi asuhan keperawatan, laporan kasus, serta refleksi praktik secara tepat waktu. Lingkungan pendidikan yang terstruktur dan berbasis praktik nyata tersebut dapat berperan sebagai faktor protektif terhadap perilaku prokrastinasi karena mahasiswa terbiasa bekerja dalam tekanan waktu yang jelas dan konsekuensi profesional yang nyata (Priyono et al., 2019; Akpur, 2020).

Meskipun demikian, keberadaan kategori sedang dan tinggi yang secara kumulatif mencapai hampir 60% menunjukkan bahwa prokrastinasi tetap menjadi fenomena yang perlu diperhatikan. Prokrastinasi akademik secara konseptual merupakan kecenderungan menunda tugas secara sengaja meskipun individu menyadari adanya konsekuensi negatif (Enggal, 2020). Akpur (2020) melalui meta-analisisnya menyimpulkan bahwa prokrastinasi memiliki korelasi negatif signifikan terhadap prestasi akademik. Artinya, meskipun mayoritas mahasiswa berada pada kategori rendah, kelompok dengan kategori sedang dan tinggi tetap berpotensi mengalami penurunan performa akademik serta peningkatan stres.

Pada aspek penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, sebanyak 51,1% mahasiswa tidak melakukan penundaan, sedangkan 48,9% masih menunjukkan perilaku menunda. Hasil ini menggambarkan bahwa hampir separuh mahasiswa masih menghadapi kesulitan dalam memulai atau menyelesaikan tugas secara tepat waktu. Thohiroh dan Wisma (2025) menyatakan bahwa penundaan sering kali terjadi bukan karena kurangnya pemahaman terhadap tugas, tetapi dipengaruhi oleh persepsi kesulitan, beban akademik yang tinggi, serta rendahnya motivasi intrinsik. Dalam konteks mahasiswa profesi ners, beban praktik klinik yang padat dapat menyebabkan kelelahan fisik maupun mental, sehingga kecenderungan menunda muncul sebagai mekanisme koping sementara terhadap tekanan akademik (Hemida et al., 2024).

Aspek penundaan ini merupakan inti dari prokrastinasi akademik. Enggal (2020) menegaskan bahwa penundaan memulai tugas sering kali berkaitan dengan kegagalan regulasi diri dan manajemen waktu. Meskipun mahasiswa memahami pentingnya menyelesaikan tugas tepat waktu, kesenjangan antara niat dan tindakan tetap terjadi. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan tentang kewajiban akademik belum tentu berbanding lurus dengan perilaku aktual, sehingga intervensi berbasis penguatan self-regulated learning menjadi penting (Agustina et al., 2025).

Pada aspek kelambanan dalam mengerjakan tugas akademik, 51,6% responden tidak mengalami kelambanan, sedangkan 48,4% masih menunjukkan keterlambatan. Kelambanan berbeda dengan penundaan awal; pada aspek ini mahasiswa telah memulai tugas, tetapi proses penyelesaiannya berjalan lambat. Ahmed et al. (2023) menjelaskan bahwa kelambanan pengerjaan tugas dapat dipengaruhi oleh distraksi, manajemen waktu yang kurang efektif, serta kelelahan akademik. Dalam pendidikan profesi ners, mahasiswa sering menghadapi tugas laporan kasus yang memerlukan analisis mendalam dan dokumentasi detail, sehingga apabila tidak diimbangi dengan perencanaan waktu yang baik, proses pengerjaan menjadi lebih lama.

Burnout juga menjadi faktor yang berpotensi memengaruhi kelambanan penyelesaian tugas. Putri et al. (2023) menemukan adanya hubungan signifikan antara burnout dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. Mahasiswa yang mengalami kelelahan emosional dan fisik cenderung mengalami penurunan energi serta konsentrasi, sehingga penyelesaian tugas berlangsung lebih lambat. Dengan demikian, meskipun sebagian besar mahasiswa tidak mengalami kelambanan, hampir separuh responden yang masih lambat menunjukkan perlunya perhatian terhadap keseimbangan beban akademik dan dukungan psikologis.

Pada aspek ketidaksesuaian antara rencana dan pelaksanaan tugas, 53,7% mahasiswa mampu merealisasikan perencanaan akademik, sementara 46,3% belum konsisten melaksanakannya. Yuniar dan Yustiana (2022) menyebutkan bahwa kesenjangan antara perencanaan dan pelaksanaan merupakan karakteristik khas prokrastinasi akademik. Individu sering menyusun jadwal atau target akademik yang baik, tetapi gagal menjalankannya secara konsisten karena distraksi atau perubahan prioritas. Dalam konteks mahasiswa profesi ners, dinamika praktik klinik yang tidak selalu dapat diprediksi dapat mengganggu perencanaan yang telah disusun sebelumnya.

Kemampuan merealisasikan rencana berkaitan erat dengan regulasi diri. Agustina et al. (2025) menunjukkan bahwa self-regulated learning memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa dengan kemampuan regulasi diri yang baik cenderung mampu memonitor, mengevaluasi, dan menyesuaikan strategi belajar sesuai dengan tuntutan situasi. Oleh karena itu, keberhasilan 53,7% mahasiswa dalam menjaga kesesuaian rencana dan pelaksanaan menunjukkan adanya kapasitas regulasi diri yang relatif baik, meskipun masih perlu penguatan bagi hampir separuh mahasiswa lainnya.

Pada aspek kecenderungan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, sebanyak 52,7% responden tidak menunjukkan perilaku pengalihan perhatian, sedangkan 47,3% masih rentan terhadap distraksi non-akademik. Ramadhanti et al. (2024) menjelaskan bahwa pengalihan ke aktivitas menyenangkan sering digunakan sebagai bentuk penghindaran terhadap tekanan akademik. Aktivitas seperti penggunaan media sosial, menonton, atau kegiatan non-akademik lainnya dapat memberikan kepuasan instan, tetapi berdampak pada tertundanya penyelesaian tugas.

Dalam perspektif psikologis, pengalihan aktivitas merupakan bentuk emotion-focused coping yang bersifat sementara (Hidaynati, 2018). Mahasiswa yang mengalami kecemasan akademik cenderung mencari aktivitas yang memberikan rasa nyaman jangka pendek. Hemida et al. (2024) juga menemukan bahwa kecemasan akademik berperan dalam meningkatkan kecenderungan prokrastinasi melalui regulasi emosi yang kurang adaptif. Oleh karena itu, meskipun mayoritas mahasiswa tidak menjadikan pengalihan aktivitas sebagai strategi utama, proporsi hampir 50% yang masih rentan menunjukkan perlunya edukasi mengenai manajemen stres dan kontrol diri.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa profesi ners di Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang relatif rendah dibandingkan temuan beberapa studi sebelumnya yang melaporkan kategori sedang hingga tinggi pada mahasiswa keperawatan (Hemida et al., 2024). Kondisi ini dapat dikaitkan dengan sistem pendidikan profesi yang terstruktur, evaluasi berbasis kompetensi, serta tuntutan praktik klinik yang mendorong kedisiplinan. Namun demikian, keberadaan hampir separuh responden pada beberapa aspek yang masih menunjukkan perilaku prokrastinasi mengindikasikan bahwa fenomena ini belum sepenuhnya teratasi.

Dengan demikian, institusi pendidikan perlu mempertahankan sistem pembinaan manajemen waktu dan regulasi diri yang telah berjalan, serta mengembangkan program psikoedukasi mengenai pengelolaan stres, peningkatan efikasi diri, dan strategi self-regulated learning (W. Widodo, 2023; Agustina et al., 2025). Upaya preventif dan promotif tersebut diharapkan mampu menekan kecenderungan prokrastinasi sehingga mahasiswa tidak hanya kompeten secara akademik, tetapi juga siap secara profesional dalam menjalankan peran sebagai perawat.

4. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa profesi ners didominasi oleh kategori rendah (40,4%). Secara khusus, mayoritas mahasiswa tidak menunjukkan perilaku penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas akademik (51,1%), tidak mengalami kelambanan dalam

penyelesaian tugas (51,6%), serta mampu menerapkan perencanaan akademik secara relatif konsisten dalam pelaksanaan tugas (53,7%). Selain itu, sebagian besar mahasiswa juga tidak cenderung mengalihkan perhatian pada aktivitas lain yang lebih menyenangkan ketika menghadapi tuntutan akademik (52,7%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa profesi ners pada umumnya memiliki kemampuan pengelolaan waktu dan tanggung jawab akademik yang cukup baik, meskipun perilaku prokrastinasi masih ditemukan pada sebagian responden.

Referensi

1. Agustina, P., Qowi, N. H., & Ubudiyah, M. (2025). Hubungan Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(2), 204–210.
2. Ahmed, I., Bernhardt, G. V., & Shivappa, P. (2023). *Prevalence of Academic Procrastination and Its Negative Impact on Students*. 363–370. <https://doi.org/10.4103/bbrj.bbrj>
3. Akpur, U. (2020). The Effect of Procrastination on Academic Achievement: A Meta-Analysis Study. *International Journal of Educational Methodology*, 6(4), 681–690. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.4.681>
4. Aliyah, N., Azizah, N., Purwandari, R., Rosyidi, K., & Nur, M. (2024). *The Relationship between Self-Efficacy and Academic Procrastination in the Undergraduate Nursing Student Program at the University of Jember Abstrak*. 15(1), 1–15.
5. Enggal, I. W. (2020). *Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu*. Universitas Brawijaya.
6. Hemida, A., Ghattas, S., & El-ashry, A. M. (2024). *Perceived academic anxiety and procrastination among emergency nursing students : the mediating role of cognitive emotion regulation*.
7. Hidayati, R. (2018). Kecemasan Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Ekstrovert Dan Introvert Pada Mahasiswa Di Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Psikologi Prima*, 1(1), 40–51. <https://doi.org/10.34012/psychoprime.v1i1.133>
8. Jalil, I. A., Dewi, Y. I., & Wahyuni, S. (2020). Mekanisme Koping dan Prestasi Belajar Mahasiswa Yang Ikut dan Yang Tidak Ikut Organisasi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1.
9. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Penyelenggaraan Program Studi Profesi Ners pada Politeknik Kesehatan Kemenkes RI*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Badan PPSDM Kesehatan, Kemenkes RI. https://repositori-ditjen-nakes.kemkes.go.id/99/2/BUKU-NERS-CETAK.pdf?utm_source=chatgpt.com
10. Priyono, B., Mukti, W., Mukhlis, H., & Amirudin, I. (2019). *Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Konsep Diri Mahasiswa Profesi Ners*. 1(1), 15–21.
11. Putri, K. P. D., Nauli, F. A., & Aziz, A. R. (2023). Hubungan Burnout terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 164–177. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.896>
12. Ramadhanti, F. L., Matulesy, A., & Suhadianto. (2024). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Peranan Kontrol Diri dan Efikasi Diri? *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1, 172–184.
13. Thohiroh, S. Z., & Wisma, N. (2025). *Pengembangan E-Booklet Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mencegah Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. 24(2), 919–931.
14. W. Widodo. (2023). Mengelola prokrastinasi akademik (pendekatan psikoedukasi berbasis religiositas). In *Jejak pustaka*. Jejak Pustaka. https://www.google.co.id/books/edition/Mengelola_Prokrastinasi_Akademik/zlPJEAQAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=prokrastinasi akademik&pg=PA8&printsec=frontcover
15. Yuniar, T. R., & Yustiana, Y. R. (2022). Bimbingan dan Konseling untuk Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 54–60.