

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan tinggi memegang peranan yang sangat penting dalam upaya mempersiapkan sumber daya manusia yang berkualitas dan kompetitif di tengah dinamika dunia kerja yang semakin kompleks. Perguruan tinggi tidak hanya berfungsi sebagai lembaga penyelenggara proses transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga berperan sebagai pusat pengembangan karakter, kedisiplinan, tanggung jawab, kemampuan berpikir kritis, serta keterampilan dalam mengatur waktu dan menghadapi tekanan. Tingkat keberhasilan pendidikan tinggi dapat diukur melalui hasil belajar mahasiswa, yang mencerminkan sejauh mana mahasiswa menguasai materi perkuliahan, mampu menyelesaikan berbagai tugas akademik, aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran, serta menunjukkan prestasi akademik yang optimal.

Tabel 1.1 Jumlah Lulusan Perguruan Tinggi (Pt) Provinsi Kepulauan Riau

Tahun	Jenis Program Studi		Jumlah
	Negeri	Swasta	
2022/2023	3.321	5.361	8.682
2023/2024	2.848	5.637	8.121

Sumber: Kementerian Pendidikan Sains, dan Teknologi, (2024)

Berdasarkan data diatas, terjadi penurunan total program studi di Indonesia dari 8.682 pada 2022/2023 menjadi 8.121 pada 2023/2024. Penurunan ini terutama disebabkan oleh berkurangnya 473 program studi negeri (turun 14,2%), sementara program studi swasta justru bertambah 276 (naik 5,1%). Pergeseran ini membuat

proporsi program studi swasta semakin dominan, meningkat dari 61,7% menjadi 64,9% dari total nasional. Hal ini diperkuat oleh data resmi dari Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains (2024), jumlah mahasiswa yang putus kuliah atau *drop out* Kepulauan Riau pada tahun 2024 tercatat sebanyak 32,46 mahasiswa yang mana pada tahun sebelumnya sebanyak 28,59 mahasiswa, sehingga dapat dilihat bahwa pada tahun 2024 mahasiswa yang mengalami putus kuliah lebih banyak dari pada tahun sebelumnya. Fenomena putus kuliah disebabkan oleh ketidaksiapan menghadapi tekanan akademik, lamanya penyelesaian tugas akhir, dan lemahnya pengelolaan waktu mahasiswa untuk menyeimbangkan antara kegiatan akademik dan non-akademik (Putriani *et al.*, 2025).

Permasalahan yang terjadi di berbagai perguruan tinggi di Indonesia, termasuk di wilayah-wilayah dengan karakteristik geografis dan sosial yang khas. Salah satunya adalah Universitas Maritim Raja Ali Haji (UMRAH), yang merupakan Universitas negeri di Provinsi Kepulauan Riau. Sebagai institusi pendidikan yang berlokasi di wilayah kepulauan, UMRAH memiliki dinamika akademik yang unik dan menarik untuk dikaji lebih mendalam, khususnya terkait faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar mahasiswa.

Karakteristik sosial budaya masyarakat wilayah kepulauan yang cenderung memiliki ritme kehidupan lebih santai dan tidak terikat tekanan waktu turut memengaruhi pola perilaku mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Menurut Matheson *et al.*, (2024) dalam penelitiannya tentang perspektif psikologi sosial pada kehidupan kepulauan yang dipublikasikan dalam jurnal internasional, lingkungan sosial dengan tekanan eksternal yang rendah dapat menurunkan rasa

urgensi, menumbuhkan kebiasaan menunda pekerjaan, serta melemahkan kemampuan dalam mengatur waktu. Kondisi ini sangat relevan dengan situasi mahasiswa UMRAH, di mana terdapat perbedaan signifikan dalam intensitas persaingan akademik dibandingkan dengan wilayah perkotaan seperti Jakarta, Surabaya, atau Yogyakarta yang memiliki tekanan sosial lebih tinggi untuk menyelesaikan studi tepat waktu.

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Maritim (FEBM) UMRAH yang merupakan salah satu fakultas yang ada di UMRAH dengan jumlah mahasiswa aktif sebanyak 1.622 mahasiswa angkatan 2021-2024 juga menghadapi permasalahan serupa. Berdasarkan data akademik FEBM UMRAH tahun 2025, terdapat 136 mahasiswa angkatan 2021 yang belum menyelesaikan studi mereka, yang mana seharusnya mahasiswa angkatan 2021 sudah lulus tahun lalu, hal ini mengindikasikan bahwa sebagian mahasiswa mengalami keterlambatan dalam penyelesaian tugas dan penurunan motivasi belajar.

Berdasarkan observasi awal dan wawancara mendalam yang dilakukan peneliti terhadap 15 mahasiswa FEBM UMRAH dari berbagai angkatan dan program studi, teridentifikasi tiga fenomena yang diduga berdampak pada hasil belajar mahasiswa, pertama prokrastinasi akademik menjadi salah satu faktor yang cukup menonjol dalam fenomena tersebut. Prokrastinasi merujuk pada perilaku menunda penyelesaian tugas atau tanggung jawab akademik meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat menimbulkan konsekuensi negatif terhadap pencapaian hasil belajar. Penelitian internasional yang dipublikasikan dalam *Education Research International* menunjukkan bahwa sekitar 80%

mahasiswa di berbagai negara melakukan prokrastinasi akademik (Fentaw *et al.*, (2022). Sementara itu, penelitian Steel, P., & Klingsieck, (2019) melaporkan bahwa lebih dari 70% mahasiswa menunda penyelesaian tugas perkuliahan hingga mendekati tenggat waktu. Kondisi serupa juga ditemukan pada mahasiswa FEBM UMRAH. Hasil wawancara terhadap 15 mahasiswa menunjukkan bahwa 12 dari 15 mahasiswa mengaku cukup sering menunda mengerjakan tugas kuliah. Dari jumlah tersebut, 9 mahasiswa menyatakan bahwa mereka baru mulai mengerjakan tugas 1-2 hari sebelum *deadline*, bahkan 5 mahasiswa mengaku seringkali mengerjakan tugas di malam hari menjelang batas pengumpulan dengan sistem kebut semalam (SKS). Faktor-faktor penyebab prokrastinasi yang paling banyak disebutkan meliputi: rasa malas, perfeksionisme berlebihan, distraksi dari kegiatan organisasi ataupun pekerjaan, dan kelelahan fisik. Pola perilaku seperti ini membuat mahasiswa kehilangan kesempatan untuk memahami materi secara mendalam, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan kualitas hasil belajar.

Selanjutnya kemampuan dalam mengelola waktu atau manajemen waktu juga merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar mahasiswa. Manajemen waktu dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam merencanakan, mengatur, serta menetapkan prioritas penggunaan waktu secara efektif untuk mencapai tujuan akademik. Penelitian yang dilakukan Liu *et al.*, (2024) terhadap strategi manajemen waktu dalam pendidikan tinggi menegaskan bahwa penerapan manajemen waktu yang baik berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan prestasi akademik sekaligus menurunkan kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Nursa'adah *et al.*,

(2025) yang menemukan hubungan negatif yang signifikan antara manajemen waktu dan prokrastinasi akademik, di mana semakin baik manajemen waktu, semakin rendah kecenderungan menunda tugas. Hasil wawancara dengan 15 mahasiswa FEBM UMRAH, ditemukan bahwa hanya 3 mahasiswa yang memiliki jadwal belajar teratur dan konsisten menjalankannya. Sebanyak 11 mahasiswa mengaku tidak memiliki jadwal belajar yang teratur dan seringkali mengerjakan tugas hanya pada waktu luang tanpa perencanaan yang matang. Kemudian juga dikatakan, 9 mahasiswa kesulitan dalam menentukan prioritas antara kegiatan akademik dan non-akademik, dan 6 mahasiswa yang aktif dalam organisasi atau bekerja paruh waktu mengaku semakin kehilangan waktu untuk belajar. Kondisi ini menyebabkan mahasiswa sering kali kurang siap menghadapi evaluasi perkuliahan, mengerjakan tugas secara tergesa-gesa, dan memiliki pemahaman yang kurang mendalam terhadap materi perkuliahan.

Faktor lain yang turut berperan dalam mempengaruhi hasil belajar mahasiswa adalah stres akademik. Stres akademik dapat diartikan sebagai tekanan psikologis yang muncul ketika tuntutan akademik dirasakan melebihi kemampuan individu untuk menghadapinya, yang menyebabkan tekanan psikologis seperti cemas, lelah, menurunnya konsentrasi, dan rendahnya motivasi belajar. Penelitian Pascoe *et al.*, (2020) yang menunjukkan bahwa stres akademik secara langsung mempengaruhi konsentrasi, produktivitas, dan motivasi belajar mahasiswa. Sejalan dengan, penelitian Rahayu & Sari (2023) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa, maka semakin besar pula kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi dan semakin rendah hasil belajar

yang dicapai. Hasil wawancara mahasiswa menunjukkan bahwa 13 mahasiswa mengaku cukup sering merasa kewalahan ketika menghadapi banyak tugas yang harus diselesaikan dalam waktu bersamaan. Sebanyak 10 mahasiswa menyatakan bahwa revisi tugas yang berulang kali membuat mereka kepiikiran dan kehilangan motivasi, sementara 11 mahasiswa merasakan tekanan yang cukup tinggi untuk segera lulus tepat waktu. Dampak dari stres akademik ini cukup signifikan, di mana 8 mahasiswa mengungkapkan bahwa ketika mereka sedang stres atau sangat lelah, tugas yang biasanya dapat diselesaikan dalam waktu singkat justru membutuhkan waktu jauh lebih lama dengan kualitas yang menurun. Situasi ini menimbulkan siklus permasalahan yang berkelanjutan, di mana stres mendorong mahasiswa untuk menunda penyelesaian tugas, penundaan tersebut menyebabkan tugas menumpuk, dan akhirnya tingkat stres pun semakin meningkat.

Ketiga fenomena tersebut prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik membentuk suatu pola hubungan yang kompleks. Mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang buruk cenderung menunda-nunda pekerjaan (prokrastinasi), yang kemudian menyebabkan penumpukan tugas dan memicu stres akademik. Sebaliknya, stres akademik yang tinggi dapat menurunkan kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu dengan baik, yang pada gilirannya meningkatkan kecenderungan prokrastinasi. Penelitian Bela *et al.*, (2023) mendukung argumen ini dengan menemukan bahwa lemahnya manajemen waktu dapat meningkatkan tingkat stres sekaligus memperburuk perilaku prokrastinasi mahasiswa. Sejalan dengan itu, penelitian Wahyuningtyas *et al.*, (2019) menunjukkan hubungan yang signifikan antara manajemen stres dengan perilaku

prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Siklus negatif ini terus berputar dan berdampak langsung pada penurunan hasil belajar mahasiswa.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan FEBM UMRAH akan data empiris mengenai faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar mahasiswa sebagai dasar dalam merancang strategi pembinaan akademik dan program pendampingan yang lebih tepat sasaran. Selain itu, penelitian ini memberikan pemahaman bagi mahasiswa mengenai keterkaitan prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik dalam menentukan keberhasilan belajar, sehingga mahasiswa mampu mengelola perilaku belajarnya secara lebih efektif. Urgensi lainnya adalah sebagai upaya pencegahan dampak jangka panjang, karena kebiasaan menunda dan lemahnya manajemen waktu yang terbentuk selama perkuliahan berpotensi terbawa hingga ke dunia kerja dan menurunkan daya saing lulusan.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada tiga aspek utama. Pertama, kebaruan empiris, yaitu penelitian ini menguji secara simultan pengaruh prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik terhadap hasil belajar mahasiswa dalam satu model penelitian yang komprehensif. Sebagian besar penelitian terdahulu hanya menguji hubungan antara dua variabel secara terpisah, sementara penelitian yang mengintegrasikan ketiga variabel ini secara simultan masih sangat terbatas. Kedua, kebaruan kontekstual, yaitu penelitian ini dilakukan pada mahasiswa FEBM UMRAH yang merupakan perguruan tinggi di wilayah kepulauan dengan karakteristik geografis, sosial, dan budaya yang berbeda dari perguruan tinggi di wilayah perkotaan besar.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti memandang penting untuk melakukan kajian empiris mengenai pengaruh prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan ilmu manajemen pendidikan dan psikologi belajar, serta kontribusi praktis dalam upaya peningkatan kualitas hasil belajar mahasiswa, khususnya di wilayah kepulauan. Oleh karena itu, penelitian ini diberi judul **"Pengaruh Prokrastinasi, Manajemen Waktu, dan Stres Akademik terhadap Hasil Belajar Mahasiswa FEBM UMRAH"**. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi pihak fakultas maupun universitas dalam merancang strategi pembinaan akademik, mengembangkan program pendampingan belajar, serta menyediakan layanan bimbingan akademik yang efektif untuk membantu mahasiswa mengurangi perilaku prokrastinasi, meningkatkan kemampuan manajemen waktu, dan mengelola stres, sehingga hasil belajar dapat tercapai secara maksimal.

1.2 Identifikasi Masalah

Tinjauan latar belakang penting dalam proses mengidentifikasi masalah ini agar bisa memahami fenomena yang terjadi dan mengetahui penyebab utama yang perlu diperhatikan lebih lanjut, yaitu:

1. Cukup perilaku prokrastinasi di kalangan mahasiswa FEBM UMRAH yang ditandai dengan kebiasaan menunda penyelesaian tugas hingga mendekati tenggat waktu. Berbagai faktor seperti rasa malas, perfeksionisme berlebihan, dan distraksi kegiatan lain. Perilaku ini

mengakibatkan pemahaman materi yang kurang mendalam dan penurunan kualitas hasil belajar.

2. Lemahnya kemampuan manajemen waktu mahasiswa FEBM UMRAH dalam menyeimbangkan berbagai aktivitas akademik dan non-akademik. Mayoritas mahasiswa tidak memiliki jadwal belajar yang teratur, kesulitan menetapkan prioritas tugas, dan sering mengerjakan tugas hanya pada waktu luang. Kondisi ini diperparah dengan keterlibatan dalam kegiatan organisasi dan pekerjaan paruh waktu yang tidak dikelola dengan baik.
3. Tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa FEBM UMRAH akibat beban tugas perkuliahan, tekanan prestasi, serta kesulitan beradaptasi dengan tuntutan akademik. Banyak mahasiswa mengalami gejala stres seperti merasa kewalahan, penurunan motivasi, kesulitan konsentrasi, dan kelelahan fisik. Stres ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan mental, tetapi juga menciptakan siklus negatif dengan prokrastinasi dan manajemen waktu yang buruk.
4. Kurangnya penelitian yang secara komprehensif meneliti keterkaitan antara prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik pada mahasiswa FEBM UMRAH.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan fokus, pembahasan dibatasi Penelitian ini membatasi kajian pada tiga variabel independen utama yang diduga memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar, yaitu: prokrastinasi, manajemen waktu,

dan stres akademik. Variabel-variabel lain yang mungkin juga berpengaruh terhadap hasil tidak menjadi fokus kajian dalam penelitian ini.

Penelitian ini dibatasi pada mahasiswa aktif FEBM UMRAH angkatan 2021–2024. Pemilihan angkatan 2021-2024 didasarkan pada pertimbangan bahwa: (a) mahasiswa tersebut masih aktif kuliah sehingga dapat memberikan data yang akurat tentang kondisi terkini; (b) mahasiswa telah memiliki pengalaman akademik yang cukup untuk dapat menilai variabel-variabel yang diteliti; dan (c) mereka mewakili berbagai tingkat studi dari tahun pertama hingga tahun akhir.

Fokus analisis diarahkan pada faktor-faktor internal mahasiswa yang memengaruhi hasil belajar secara langsung. Batasan ini dibuat untuk memastikan bahwa penelitian memiliki fokus tertentu dan relevan dengan kondisi dan karakteristik populasi yang diteliti, sehingga hasil yang diperoleh dapat memberikan gambaran akurat.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan hasil penjelasan pada latar belakang penelitian diatas, diperoleh rumusan masalah, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh prokrastinasi terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH?
2. Apakah terdapat pengaruh manajemen waktu terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH?
3. Apakah terdapat pengaruh stres akademik terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH?

4. Apakah prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik secara simultan berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang sudah dibuat, tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh prokrastinasi terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH.
2. Untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH.
3. Untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH.
4. Untuk mengetahui pengaruh prokrastinasi, manajemen waktu, dan stres akademik secara bersama-sama terhadap hasil belajar mahasiswa FEBM UMRAH.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur di bidang manajemen pendidikan dan psikologi belajar, khususnya mengenai hubungan antara prokrastinasi, manajemen waktu, stres akademik, dan hasil belajar. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi

penelitian selanjutnya yang meneliti perilaku belajar mahasiswa dalam konteks perguruan tinggi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menjadi pedoman dan acuan bagi penelitian masa depan yang membahas topik serupa atau membangun model penelitian dengan variabel-variabel lain yang terkait.

b. Bagi Mahasiswa

Memberi pemahaman kepada mahasiswa tentang akibat-akibat buruk dari menunda tugas, pentingnya mengatur waktu dengan tepat, dan bahaya tekanan akademik yang bisa mengganggu kualitas belajarnya, agar mahasiswa lebih memahami dan berupaya meningkatkan cara belajar serta mengelola diri secara lebih baik.

c. Bagi Fakultas

Menyediakan data empiris sebagai dasar penyusunan program pembinaan akademik, layanan bimbingan, dan sistem pendampingan mahasiswa yang lebih efektif dalam meningkatkan kualitas hasil belajar.

1.7 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini disusun secara sistematis untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai keseluruhan isi penelitian. Materi skripsi ini terdiri dari sub-bab dengan sistematika sebagai berikut:

BAB I: PENDAHULUAN

Bab ini menguraikan latar belakang masalah yang melatarbelakangi penelitian, identifikasi masalah, pembatasan masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

BAB II: TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini memuat landasan teori yang relevan dengan variabel-variabel penelitian. Selain itu, bab ini juga menguraikan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, kerangka pemikiran yang menggambarkan hubungan antar variabel, dan hipotesis penelitian yang akan diuji.

BAB III: METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menjelaskan jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, teknik dan instrumen pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas instrumen, serta teknik analisis data yang digunakan.

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan hasil penelitian berdasarkan data yang diperoleh, diikuti dengan pembahasan mendalam atas hasil tersebut.

BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi kesimpulan dari hasil penelitian dan saran-saran yang dapat direkomendasikan berdasarkan temuan penelitian.