

# HUBUNGAN ANTARA MANAJEMEN WAKTU DAN PERILAKU PROKRASINASI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UPN “VETERAN” JAKARTA

FIRYAAL MARSYA ATHA ATSILAH

## ABSTRAK

Stres akademik menjadi salah satu konsekuensi yang sering dialami mahasiswa kedokteran akibat tuntutan akademik yang tinggi. Buruknya manajemen waktu dan perilaku prokrastinasi menjadi dua faktor yang diyakini dapat memengaruhi stres akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara manajemen waktu dan perilaku prokrastinasi dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan kuantitatif dan cross-sectional. Sebanyak 90 mahasiswa berusia 20-23 dengan teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa *Time Management Questionnaire* (TMQ), skala prokrastinasi akademik, dan *Perceived Academic Stress Scale* (PASS). Analisis univariat dilakukan dengan distribusi frekuensi, sementara analisis bivariat menggunakan uji *Fisher's Exact Test* dan *Likelihood ratio*. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara manajemen waktu dan stres akademik ( $p=0,647$ ). Selain itu, tidak terdapat hubungan signifikan antara prokrastinasi dengan stres akademik ( $p=0,460$ ). Manajemen waktu dan prokrastinasi tidak berhubungan secara signifikan dengan stres akademik pada mahasiswa kedokteran.

**Kata Kunci:** Mahasiswa kedokteran, manajemen waktu, prokrastinasi, stres akademik

***THE RELATIONSHIP BETWEEN TIME MANAGEMENT AND PROCRASTINATION BEHAVIOR WITH ACADEMIC STRESS OF FINAL YEAR STUDENTS OF FACULTY OF MEDICINE, UPN “VETERAN” JAKARTA***

**FIRYAAL MARSYA ATHA ATSILAH**

***ABSTRACT***

*Academic stress is one of the consequences often experienced by medical students due to high academic demands. Poor time management and procrastination are two factors believed to influence academic stress. This study aims to analyze the relationship between time management, procrastination behavior, and academic stress among medical students. This study uses an analytical observational method with a quantitative approach and a cross-sectional design. A total of 90 students, aged 20-23, participated in this study, selected using purposive sampling. The instruments utilized were the Time Management Questionnaire (TMQ), the Academic Procrastination Scale, and the Perceived Academic Stress Scale (PASS). Univariate analysis was conducted using frequency distribution, while bivariate analysis was performed using Fisher's Exact Test and Likelihood Ratio. The data obtained showed no significant relationship between time management and academic stress ( $p=0.647$ ). In addition, no significant relationship was found between procrastination and academic stress ( $p=0.460$ ). Time management and procrastination do not have a significant relationship with academic stress among medical students.*

***Keywords:*** *Academic stress, medical students, procrastination, time management*