

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DAN KETAKUTAN AKAN KEGAGALAN DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN DI SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUKABUMI

Husnul Fikri Faturahman¹, Lia Novianty², Rita Rahayu³

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi
husnulfaturahman@gmail.com

Abstrak

Prokrastinasi akademik, stres akademik dan ketakutan akan kegagalan merupakan tantangan umum di lingkungan pendidikan. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan Stres Akademik dan Ketakutan akan kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi. Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian meliputi semua mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan, dengan sampel sebanyak 240 orang yang dipilih menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Somer's d. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres akademik kategori sedang, ketakutan akan kegagalan kategori sedang, dan tingkat prokrastinasi akademik kategori tinggi. Analisis uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan stres akademik dengan prokrastinasi akademik dengan nilai Pvalue sebesar 0,000 dan nilai Somer's d sebesar 0,269, yang menunjukkan adanya hubungan yang lemah serta ada hubungan lemah antara ketakutan akan kegagalan dan prokrastinasi akademik, dengan nilai P-value sebesar 0,000 dan nilai Somer's d sebesar 0,320. Disimpulkan terdapat hubungan antara stres akademik dan ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan. Diperlukan perencanaan untuk meningkatkan kualitas akademik dengan fokus pada penanggulangan stres akademik, ketakutan akan kegagalan, dan prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: *Stres Akademik, Ketakutan Akan Kegagalan, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa*

I. PENDAHULUAN

Dalam pembangunan dan pembaharuan Sumber Daya Manusia, perguruan tinggi memainkan peran penting. Tujuan pendidikan tinggi yang ditetapkan dalam UU RI Nomor 12 Tahun 2012 adalah pengabdian pada masyarakat, pendidikan, dan penelitian. Perguruan tinggi mencetak siswa yang unggul dan berkontribusi pada kemajuan negara dan bangsa melalui transfer pengetahuan antara dosen dan siswa. Mahasiswa merupakan komponen penting, dan mereka memiliki peran yang sama dengan dosen dan staf perguruan tinggi dalam mencapai tujuan Tridharma Perguruan Tinggi (Suryana, 2018).

Mahasiswa dihadapkan pada kewajiban mengumpulkan tugas dan mencapai standar kelulusan yang menantang, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang berbeda dan tugas-tugas yang lebih menuntut. Banyak mahasiswa tidak siap secara psikologis dan sosial saat memasuki perguruan tinggi, yang menyebabkan kualitas belajar mereka tidak optimal dan sering mengalami prokrastinasi. Oleh karena itu, persiapan yang matang dan dukungan sosial sangat penting untuk membantu mahasiswa beradaptasi dengan lingkungan kampus yang baru (Apriana, 2018). Mahasiswa seringkali mengalami stres, kecemasan, dan culture shock karena banyaknya tugas yang harus dikerjakan. Masalah ini disebabkan oleh manajemen waktu dan stres yang tidak teratur, sehingga seringkali menimbulkan prokrastinasi atau kebiasaan menunda pekerjaan (Basri & Ridha, 2020).

Menurut beberapa studi di Indonesia, 90% dari 229 mahasiswa Program Studi BK di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta mengalami prokrastinasi akademik (Muyana, 2018), sedangkan di Universitas Aisyah Pringsewu Lampung pada mahasiswa keperawatan semester IV

dan VI sebanyak 73 mahasiswa, 36 orang atau 49.3% melakukan prokrastinasi (Nisa et al., 2019). Selain itu, di Universitas 17 Agustus Surabaya dengan jumlah responden 127, terdapat 87.4% mahasiswa yang melakukan prokrastinasi (Haryanti & Santoso, 2020).

Perilaku prokrastinasi dapat disebabkan oleh stres, di mana seseorang merasa tidak mampu memenuhi tuntutan atau kebutuhan yang ada. Salah satu jenis stres yang dapat dialami adalah stres akademik, yaitu stres yang disebabkan oleh banyaknya tugas akademik yang harus diselesaikan (Olejnik dan Holschuh 2007 dalam Limbong 2020).

Mahasiswa yang mengalami stres akademik seringkali kesulitan mengatur waktu antara belajar dan kegiatan lainnya, yang menyebabkan mereka sering membuang waktu. Studi menunjukkan bahwa perasaan atau mood yang buruk juga dapat menyebabkan siswa menunda mengerjakan tugas. Mereka juga seringkali tidak bisa memprioritaskan tugas akademik mereka dan lebih memilih melakukan hal-hal yang tidak terkait dengan enam tugas. Oleh karena itu, mahasiswa perlu meningkatkan keterampilan manajemen waktu untuk mengatasi stres akademik dan dapat membagi waktu mereka secara efektif antara belajar dan kegiatan lainnya (Khumaerah, B., & Matulessy, 2022).

Ketakutan terhadap kegagalan, bisa menyebabkan prokrastinasi karena seseorang jadi malas menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan. Ketakutan ini terkait dengan khawatir akan dinilai buruk oleh orang lain, yang bisa menurunkan pandangan terhadap dirinya. Kegagalan dapat menjadi motivasi, tapi juga bisa jadi penghalang yang menimbulkan dampak negatif dan merusak motivasi seseorang. Oleh karena itu, perasaan takut ini sangat berpengaruh dalam terjadinya prokrastinasi (Parastiara & Yoenanto, 2022).

Prokrastinasi adalah kebiasaan menunda-nunda atau menangguhkan pekerjaan, hak, kewajiban, atau tugas yang dimiliki seseorang dan seringkali 3 dilakukan oleh banyak orang. Banyak mahasiswa yang menjadi prokrastinator karena faktor-faktor eksternal seperti malas, kecemasan, ketakutan, dan stres, yang dapat mempengaruhi individu tersebut (I. Handayani, Retno, & Andromeda, 2015 dalam Jamila, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Stres Akademik Dan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi

II. METODE

Penelitian ini yaitu studi kuantitatif dengan teknik korelasional dan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh Mahasiswa Sarjana Keperawatan program reguler di STIKes Sukabumi. Ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 240 orang dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang bersedia menjadi responden, mahasiswa yang tidak sedang dalam masa cuti. Kuesioner stress akademik hasil uji validitas p-value <0,005 dan uji reliabilitas sebesar 0,556 kategori cukup kuat dan ketakutan akan kegagalan hasil uji validitas p-value <0,005 dan uji reliabilitas sebesar 0,708 kategori kuat. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat, semester, kelas, jenis kelamin, minat dan ketiga variabel penelitian. Analisa bivariat untuk mengetahui hubungan stres akademik dan ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik dengan menggunakan uji statistik somers'd. Surat etik penelitian diberikan oleh komisi etik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi dengan nomor: 000032/KEP STIKES SUKABUMI/2023

III. HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dan Variabel Penelitian

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	74	30,8
Perempuan	166	69,2
Tingkat		
1	78	32,5
2	69	28,8
3	48	20
4	45	18,8
Semester		
2	78	32,5
4	69	28,8
6	48	20
8	45	18,8
Minat		
Sesuai Minat	201	83,8
Tidak Sesuai Minat	39	16,3
Variabel	f	%
Stress Akademik		
Rendah	35	14,5
Sedang	195	80,9
Tinggi	11	4,6
Ketakutan Akan Kegagalan		
Rendah	15	6,2
Sedang	194	80,9
Tinggi	31	12,9
Prokrastinasi Akademik		
Rendah	9	3,8
Sedang	114	47,5
Tinggi	117	48,8

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 69,2%. Sebagian besar responden dari tingkat 1 semester 2 sebanyak 32,5%. Sebagian besar responden memiliki sesuai minat pada jurusan Sarjana keperawatan sebanyak 83,8%, sebagian besar responden mengalami stres akademik dalam kategori sedang sebanyak 80,9%. Sebagian besar responden mengalami ketakutan akan kegagalan dalam kategori sedang sebanyak 80,9% dan sebagian besar responden mengalami kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi sebanyak 48,8%.

Tabel 2 Analisis Bivariat Hubungan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan

Manajemen Diri dan Koping										
Stress Akademik	Prokrastinasi Akademik						Total		p-value	Somers'd
	Rendah		Sedang		Tinggi					
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Rendah	6	2,5	21	8,8	8	3,3	35	100,0	0,000	0,296
Sedang	3	1,3	91	37,9	100	41,7	194	100,0		
Tinggi	0	0,0	2	0,8	9	3,8	11	100,0		
Jumlah	9	3,8	114	47,5	117	48,8	240	100,0		

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami stres akademik sedang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik yang tinggi, sebanyak 100 dari mereka (41,7%). Hasil uji statistik somers'd menunjukkan pvalue 0.000 dan p-value <0,05, yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa sarjana keperawatan di Akademi Ilmu Kesehatan Sukabumi.

Tabel 3 Analisis Bivariat Hubungan Ketakutan Akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan

Prokrastinasi Akademik	Total	p-value	Somers'd
------------------------	-------	---------	----------

Ketakutan Akan Kegagalan	Rendah		Sedang		Tinggi					
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Rendah	6	2,5	7	2,9	2	0,8	15	100,0	0,000	0,320
Sedang	3	1,3	101	42,1	90	37,5	194	100,0		
Tinggi	0	0,0	6	2,5	25	10,4	31	100,0		
Jumlah	9	3,8	114	47,5	117	48,8	240	100,0		

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa sebagian besar responden yang mempunyai ketakutan akan kegagalan sedang sebagian besar mempunyai kecenderungan prokrastinasi akademik sedang juga sebanyak 101 responden (42,1%) dan Berdasarkan hasil uji statistik somers'd menunjukkan p-value sebesar 0.000 yaitu p-value <0,05 yang berarti ada hubungan ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa sarjana keperawatan di sekolah tinggi ilmu kesehatan Sukabumi. Sedangkan nilai somers'd yang diperoleh sebesar 0,320 artinya ada hubungan yang lemah antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik.

IV. PEMBAHASAN

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Puspita & Kumalasari (2022) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara stres akademik dan prokrastinasi akademik. Dengan kata lain, ada korelasi yang kuat antara keduanya. Penelitian Saputra (2018) dan Grashinta dkk. (2022) juga menyimpulkan bahwa ada korelasi signifikan antara stres akademik dan prokrastinasi akademik.

Kecenderungan stres akademik mahasiswa sarjana mayoritas yang memiliki stres akademik sedang cenderung melakukan prokrastinasi tinggi. Bila di lihat Berdasarkan tabel 2 menunjukan bahwa Sebagian besar responden dengan stres akademik sedang cenderung melakukan prokrastinasi dalam kategori tinggi sebesar 41,7% atau sebanyak 100 responden dan Sebagian kecil responden dengan stres akademik sedang memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori sebesar 1,3% atau sebanyak 3 responden. Sedangkan Sebagian kecil responden dengan stres akademik dalam kategori tinggi memiliki prokrastinasi akademik rendah sebesar 0% atau sebanyak 0 responden.

Hasil penelitian yang membandingkan stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat stres akademik sedang. Menurut studi yang dilakukan oleh Rumiani (2006) dalam Pradhana dan Khoerunnisa (2022), kemampuan siswa untuk mengatur waktu antara belajar dan kegiatan lain seringkali berkontribusi pada stres akademik. Terlalu banyak tanggung jawab akademik mungkin membuat siswa merasa kewalahan dan kesulitan membagi waktu dengan baik. Mereka mengatakan bahwa sulit untuk menentukan kapan harus memulai dan menyelesaikan tugas atau kegiatan tertentu karena ini membuat waktu berharga terbuang percuma yang seharusnya dihabiskan untuk belajar atau menyelesaikan tugas.

Mahasiswa yang mengalami stres akademik sering mengalami fenomena ini, yang disebut prokrastinasi. Sebagai hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Turmudi & Suryadi (2021), Stres akademik dapat berasal dari lingkungan akademik seseorang dan dapat berasal dari mencoba memenuhi tuntutan dari institusi pendidikan atau menggunakan sumber daya yang tidak cukup untuk penyesuaian individu. Ini juga dapat berasal dari frustrasi karena gagal, atau karena Anda bahkan tidak tahu bahwa Anda akan gagal. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menggunakan analisis somers'd menunjukkan diperoleh nilai P-Value = 0,000 yang berarti < 0,05 dan dengan nilai somer's d 0,320.

Berdasarkan itu bahwa terdapat hubungan yang lemah antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa sarjana keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi. Penelitian Mariana (2020) menunjukkan hubungan positif antara ketakutan akan kegagalan dan keterlambatan akademik. Penelitian Raharjo (2018) dan Adenia (2021) juga

mendukung temuan ini. Kecenderungan ketakutan akan kegagalan mahasiswa sarjana mayoritas yang memiliki ketakutan akan kegagalan sedang cenderung melakukan prokrastinasi sedang juga. Bila di lihat Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden dengan ketakutan akan kegagalan dalam kategori sedang cenderung melakukan prokrastinasi dalam kategori sedang sebesar 42,1% atau sebanyak 101 responden dan Sebagian kecil responden dengan ketakutan akan kegagalan dalam kategori sedang memiliki prokrastinasi akademik dengan tingkat rendah sebesar 1,3% atau sebanyak 3 responden. Sedangkan Sebagian kecil responden dengan ketakutan akan kegagalan dalam kategori tinggi memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori rendah sebesar 0% atau sebanyak 0 responden. Hasil penelitian antara Ketakutan Akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan bahwa Sebagian besar Mahasiswa Sarjana Keperawatan memiliki ketakutan akan kegagalan dalam kategori sedang.

Menurut penelitian Solomon & Rothblum (1984) dalam Iswara dkk. (2021), ada dua sumber yang dapat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik ini. Faktor internal pertama yang paling berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik adalah ketakutan akan kegagalan, yang berkontribusi sebesar 6% hingga 14%. Semakin tinggi tingkat ketakutan mereka akan kegagalan, semakin besar kemungkinan mereka akan melakukan prokrastinasi akademik.

Ketakutan akan kegagalan akan mempengaruhi siswa dalam akademik mereka. Mereka juga lebih cenderung untuk menunda belajar, yang tentunya akan mempengaruhi bidang studi mereka saat ini. (Vebryan dkk, 2022). Atkinson (dalam Ardiansyah dkk, 2022) menjelaskan bahwa kegagalan dalam suatu tugas dapat menghasilkan hasil yang tidak menguntungkan. Ketika siswa berada dalam situasi kompetitif dan merasa ada kemungkinan mereka akan gagal, rasa takut ini muncul. Dorongan untuk menghindari kegagalan adalah respons negatif dari ketakutan akan kegagalan, yang terjadi ketika orang berusaha untuk menghindari rasa malu dan penghinaan setelah melakukan sesuatu yang salah. Mereka menunjukkan kecenderungan ini dengan bertindak sesuai dengan rencana mereka. Individu yang memiliki kecenderungan ini cenderung mengambil tindakan penghindaran untuk mengurangi ketakutan mereka terhadap penilaian. Perilaku penghindaran yang muncul sebagai akibat dari dorongan ini termasuk prokrastinasi.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi memiliki stres akademik kategori sedang, memiliki ketakutan akan kegagalan kategori sedang dan melakukan prokrastinasi akademik kategori tinggi. Terdapat hubungan antara stres akademik dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi. Terdapat hubungan antara ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi.

VI. SARAN

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada sasaran berbeda dan di tempat yang berbeda serta dengan menggunakan metode penelitian berbeda yang lebih komprehensif untuk mengetahui sejauh mana stress akademik dan ketakutan akan kegagalan dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik.

REFERENSI

- Adenia EA. Pengaruh Task Aversiveness Dan Fear Of Failure Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Di Universitas Hang Tuah Surabaya. Universitas Hang Tuah Surabaya; 2021.
- Apriana AA. Sosialisasi mahasiswa baru terhadap dunia kampus (studi pada mahasiswa baru program

- studi pendidikan Ilmu pengetahuan sosial fakultas ilmu sosial universitas negeri makassar). Published online 2018:1-15.
- Ardiansyah MI, Nursalim M, Sartinah EP. Model perilaku prokrastinasi akademik siswa smk. 2022;7(2):8-14.
- Azizah AN. Prokrastinasi Dalam Pembelajaran Dan Perkembangan Peserta Didik. 2023;1(1).
- Basri CN, Ridha AA. Geger Budaya dan Motivasi Belajar pada Mahasiswa yang Merantau di Kota Makassar Culture Shock and Learning Motivation among Out-Migration's Students in Makassar. 2020;25:1-14.
- Bella Khansa Puspita DK. Prokrastinasi Dan Stres Akademik Mahasiswa. UNISSULA; 2022.
- Devi Alviana & Warto. 2018. Hubungan Prokrastinasi Akademik dengan Aktualisasi Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto. Jurnal Dakwah dan Komunikasi. Vol.12., No.1.
- Dita Mariana. Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya; 2020.
- Grashinta A, Gentary AYU, Syihab A, Syihab GDAN. Stres dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Pelaku Cyberslacking (Academic Stress and Procastination in Cyberslacking Students). J Ilm Psikol Mind Set. 2022;13(2):176-188.
- Haryanti A, Santoso R. Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi. Sukma J Penelit Psikol. 2020;1(1):41-47.
- Iswara IS, Baihaqi M, Ihsan H. Takut Akan Kegagalan Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Dimoderasi Status Identitas Vokasional Mahasiswa Bidikmisi Upi. J Psychol Sci Prof. 2021;5(2):159.
- Jamila. Konsep Prokratinasi Akademik Mahasiswa. J EduTech. 2020;6(2):257-261.
- K AVP, Wulandari NW, Supraba D. Pengaruh Ketakutan Akan Kegagalan Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Kota Malang Keyword : 2022;(September):3645-3653.
- Khumaerah, B., & Matulessy A& S. Prokrastinasi akademik mahasiswa di masa pandemi Covid-19: bagaimana peran efikasi diri ? Sukma J Penelit Psikol. 2022;3(1):1-11.
- Kirana A, Agustini A, Rista E. Resiliensi dan Stres Akademik Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Universitas X Jakarta Barat. Provitae J Psikol Pendidik. 2022;15(1):27-50. doi:10.24912/provitae.v15i1.1 8379
- Nugroho YW. Hubungan Antara Resiliensi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang. Universitas Negeri Semarang; 2018.
- Nuriyah A, Summaryanti IU. Studi Deskriptif Mengenai Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Penderita Primary Insomnia di UPM Olahraga Fakultas Psikologi Unisba. Pros Psikol. 2017;3(2):461-467.
- Suryana S. Peran Perguruan Tinggi Dalam Pemberdayaan Masyarakat. J Pendidik Islam Rabbani. 2018;2(2):368-379.
- Ningrum RF, Suprihatin T. Ketakutan Akan Kegagalan Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi. Konf Ilm Mhs Unissula 2. Published online 2019:304- 312.
- Parastiara AR, Yoenanto NH. Pengaruh Fear of Failure dan Motivasi Berprestasi terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. Bul Ris Psikol dan Kesehat Ment. 2022;2(1):415- 425.
- Pradhana GWW, Khoirunnisa RN. Mahasiswa Jurusan X Yang Pernah Menjalani Pembelajaran Online Di Masa Pandemi Covid-19. J Penelit Psikol. 2022;9(1):76-84.
- Raharjo CA, Fakultas. Hubungan Antara Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Jurusan Teknik Mesin Unnes. 2018.
- Ratu M. Hubungan Self-Efficacy Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya; 2020.
- Saputra DP. Hubungan Stres Akademik Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Psikologi UKWMS. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya; 2018.
- Simbolon I, Limbong A. Tingkat Stres Mahasiswa Pada Pembelajaran Luring Masa Pandemi COVID19. J Inf dan Teknol. 2022;4(4):7-10.
- Turmudi, I., & Suryadi, S. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. AlTazkiah : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, 10(1), 39–58.