

Nomor: 648/UN40.A7/PT.07/2024

**PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PENDIDIKAN EKONOMI DAN BISNIS UPI**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menempuh Ujian Sidang Sarjana  
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Akuntansi



Oleh:

**AINUN NAZLA ZACHIRA**

**NIM. 2001242**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AKUNTANSI  
FAKULTAS PENDIDIKAN EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2024**

**PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PENDIDIKAN EKONOMI DAN BISNIS UPI**

Oleh

Ainun Nazla Zachira

NIM. 2001242

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Akuntansi

©Ainun Nazla Zachira 2024

Universitas Pendidikan Indonesia

Mei 2024

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian  
dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN DAN PERSETUJUAN UNTUK MENGIKUTI  
UJIAN SIDANG**

**PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PENDIDIKAN EKONOMI DAN BISNIS UPI**

Oleh:

Ainun Nazla Zachira

2001242

Telah disetujui oleh:

Pembimbing I,



**Dr. Muhamad Arief Ramdhany, S.Pd., S.S., M.Pd.,  
CPMP**  
NIP. 197111011999031001

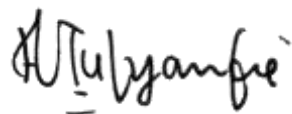
Pembimbing II,



**Harpa Sugiharti, S.Pd., S.Li., M.S.Ak., Ak., CFP**  
NIP. 199108252020122009

Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Akuntansi



**Dr. Heni Mulyani, M.Pd., CFP, ChFI, DipVET, DipTDD**  
NIP. 197707272001122001

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN BEBAS PLAGIARISME**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Ainun Nazla Zachira  
NIM : 2001242  
Program Studi : Pendidikan Akuntansi  
Fakultas : Pendidikan Ekonomi dan Bisnis (UPI)

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya buat dengan judul:

### **PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR PADA MAHASISWA FAKULTAS PENDIDIKAN EKONOMI DAN BISNIS UPI**

adalah benar hasil karya saya sendiri. Saya menyatakan pula bahwa saya tidak melakukan pengutipan sebagian atau seluruh gagasan, pemikiran, atau tulisan orang lain, dengan cara-cara yang melanggar hukum dan etika penulisan karya ilmiah. Sebagian atau seluruh gagasan, pemikiran, atau tulisan orang lain saya kutip dalam skripsi ini telah saya cantumkan sumbernya dalam naskah skripsi dan daftar pustaka.

Atas pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi apapun jika dikemudian hari ditemukan adanya bukti pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi ini atau jika ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi ini.

Bandung, Mei 2024

Yang membuat pernyataan,

Ainun Nazla Zachira

NIM. 2001242

**PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK DAN STRES AKADEMIK  
TERHADAP PRESTASI BELAJAR PADA MAHASISWA  
FAKULTAS PENDIDIKAN EKONOMI DAN BISNIS UPI**

**Ainun Nazla Zachira**

**Pembimbing: Dr. Muhamad Arief Ramdhany, S.Pd., S.S., M.Pd., CPMP**

**Harpa Sugiharti, S.Pd., S.Li., M.S.Ak., Ak., CFP**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku prokrastinasi akademik, stres akademik yang dialami oleh mahasiswa, dan capaian prestasi belajarnya serta untuk mengetahui pengaruh prokrastinasi akademik dan stres akademik terhadap prestasi belajar pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis UPI. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dan inferensial dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian merupakan mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis UPI angkatan 2021 dan 2022 dengan total populasi sebanyak 1.468 mahasiswa dan setelah perhitungan sampel, diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 314 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *proportionate random sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik dan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis UPI Angkatan 2021 dan 2022 berada pada kriteria sedang. Sedangkan prestasi belajar mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis UPI Angkatan 2021 dan 2022 menunjukkan bahwa 83% mahasiswa telah mencapai IPK diatas 3,44 dan 17% sisanya masih belum mencapai IPK diatas 3,44. Hasil pengujian keberartian model regresi menunjukkan hasil bahwa model regresi memiliki keberartian sehingga dapat digunakan untuk mengambil kesimpulan. Koefisien Determinasi pada penelitian ini menunjukkan 29,4% variasi nilai prestasi belajar dapat dijelaskan oleh variabel prokrastinasi akademik dan stres akademik, sisanya sebesar 70,6% dijelaskan oleh variabel lain di luar model. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berpengaruh negatif terhadap prestasi belajar, yang berarti jika prokrastinasi akademik pada mahasiswa tinggi maka prestasi belajar akan menurun dan stres akademik berpengaruh negatif terhadap prestasi belajar, yang berarti jika stres akademik pada mahasiswa tinggi maka prestasi belajar akan menurun.

**Kata Kunci:** Prestasi belajar, prokrastinasi akademik, dan stres akademik

**THE INFLUENCE OF ACADEMIC PROCRASTINATION AND  
ACADEMIC STRESS ON LEARNING ACHIEVEMENT IN STUDENTS  
UPI FACULTY OF ECONOMICS AND BUSINESS EDUCATION**

**Ainun Nazla Zachira**

**Advisor: Dr. Muhamad Arief Ramdhany, S.Pd., S.S., M.Pd., CPMP**

**Harpa Sugiharti, S.Pd., S.Li., M.S.Ak.,Ak., CFP**

**ABSTRACT**

*This research aims to determine the description of academic procrastination behavior, academic stress experienced by students, and their learning achievements as well as to determine the influence of academic procrastination and academic stress on the learning achievement of students at the UPI Faculty of Economics and Business Education. The method used in this research is descriptive and inferential methods with a quantitative approach. The research population was students from the UPI Faculty of Economics and Business Education class of 2021 and 2022 with a total population of 1,468 students and after sample calculation, the total research sample was 314 students. The sampling technique uses proportionate random sampling technique. The data collection technique in this research is by using a questionnaire. The results of the descriptive analysis show that academic procrastination and academic stress among students at the UPI Faculty of Economics and Business Education Class of 2021 and 2022 are at moderate criteria. Meanwhile, the learning achievements of students at the UPI Faculty of Economics and Business Education Class of 2021 and 2022 show that 83% of students have achieved a GPA above 3.44 and the remaining 17% have still not achieved a GPA above 3.44. The results of testing the significance of the regression model show that the regression model has significance so that it can be used to draw conclusions. The coefficient of determination in this study shows that 29.4% of the variation in learning achievement scores can be explained by the variables academic procrastination and academic stress, the remaining 70.6% is explained by other variables outside the model. The results of hypothesis testing show that academic procrastination has a negative effect on learning achievement, which means that if academic procrastination in students is high then learning achievement will decrease and academic stress has a negative effect on learning achievement, which means that if academic stress in students is high then learning achievement will decrease.*

**Keywords:** *Learning achievement, academic procrastination, and academic stress*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan karunia-NYA skripsi yang berjudul **”Pengaruh Prokrastinasi Akademik dan Stres Akademik Terhadap Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis UPI”** dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mengikuti Ujian Sidang Sarjana pada Program Studi Pendidikan Akuntansi, Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pendidikan Indonesia.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak bantuan, masukan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Berkat semua itu penulis mampu menyusun skripsi ini dengan baik dan mampu menghadapi berbagai kendala yang terjadi selama proses penyusunan. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah turut berkontribusi dalam proses penyusunan skripsi ini dan tak lupa juga berbagai sumber yang telah penulis gunakan sebagai data dan fakta pada skripsi ini.

Penulis mengakui bahwa penulis merupakan manusia biasa yang memiliki keterbatasan dalam berbagai hal. Oleh karena itu tidak ada hal yang dapat diselesaikan dengan sangat sempurna. Begitu pula dengan skripsi yang telah diselesaikan ini. Tidak semua hal dapat peneliti deskripsikan dengan sempurna dalam skripsi ini. Maka dari itu, peneliti bersedia menerima kritik dan saran yang dapat menjadi perbaikan untuk kedepannya. Dengan menyelesaikan skripsi ini penulis mengharapkan banyak manfaat yang dapat dipetik dan diambil oleh pembaca.

Bandung, Mei 2024

Penulis,

Ainun Nazla Zachira

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT., atas berkat rahmat dan karunia-NYA sehingga penulis dengan izin-Nya dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam mari kita curah limpahkan kepada Nabi Muhammad saw., kepada keluarganya, sahabatnya, dan kita sebagai umatnya hingga akhir zaman. Pada kesempatan ini, izinkan penulis untuk mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada berbagai pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini, khususnya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd., MA., Rektor Universitas Pendidikan Indonesia;
2. Prof. Dr. H. Eeng Ahman, MS., Dekan Fakultas Pendidikan Ekonomi dan Bisnis;
3. Dr. Heni Mulyani, M.Pd., CFP, ChFI, DipVET, DipTDD., ketua Program Studi Pendidikan Akuntansi Universitas Pendidikan Indonesia dan Dosen Pembimbing Akademik yang telah mendampingi, memberikan saran dan masukan saat bimbingan akademik, serta memotivasi penulis selama perkuliahan;
4. Fitriana Kurniati, S.Pd., M.Ak., CRMO, CFP., Pembina Kemahasiswaan Program Studi yang selalu membimbing penulis dalam kegiatan kemahasiswaan, memotivasi serta memberikan dukungan untuk program-program kemahasiswaan;
5. Dr. Muhamad Arief Ramdhany, S.Pd., S.S., M.Pd., CPMP., Dosen Pembimbing satu yang telah membimbing dengan memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas kesediaan waktu yang telah diberikan selama proses bimbingan;
6. Harpa Sugiharti, S.Pd., S.Li., M.S.Ak., Ak., CFP., Dosen Pembimbing dua yang telah memberikan kritik, saran dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas kesediaan waktu yang telah diberikan selama proses bimbingan;



7. Segenap dosen dan staff Program Studi Pendidikan Akuntansi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat, memberikan arahan, motivasi serta bantuan bagi penulis selama menjalani perkuliahan;
8. Muda Pardamean Harahap, S.Si. dan Melly Farida selaku orang tua penulis yang selalu mendukung, mendoakan dan memberikan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar;
9. Mohammad Sultan Fadilla, selaku kaka laki-laki penulis, yang selalu mendukung dan memberikan semangat sehingga penulis dalam menyelesaikan skripsi;
10. Chika, Yasmin, Mikanti, Refta, dan Nadira, selaku teman-teman baik penulis yang selalu memberikan semangat serta dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik;
11. Seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini dan tidak bisa penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas bimbingan, arahan serta motivasi dan dukungan bagi penulis baik saat di kampus maupun di luar kampus. Terima kasih atas ilmu serta pengalaman yang berharga selama penulis menempuh perkuliahan ini. Semoga kalian semua selalu berada di dalam lindungan-Nya.

Semoga Allah Swt., memberikan balasan yang berlipat ganda serta dicatat sebagai amal ibadah atas kebaikan hati seluruh pihak yang telah berkenan membantu penulis baik dukungan moril maupun materil selama penulis menimba ilmu di kampus Universitas Pendidikan Indonesia.

Bandung, Mei 2024

Ainun Nazla Zachira

## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah Penelitian.....	6
C. Rumusan Masalah Penelitian .....	11
D. Maksud dan Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian .....	12
1. Manfaat Teoritis .....	12
2. Manfaat Praktis.....	12
BAB II LANDASAN TEORI .....	14
A. Teori Belajar Kognitif .....	14
B. Belajar dan Pembelajaran.....	15
C. Prokrastinasi Akademik .....	16
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik .....	16
2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik.....	17
3. Jenis-jenis Prokrastinasi Akademik.....	18
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik .....	19
5. Indikator Prokrastinasi Akademik.....	20
D. Stres Akademik .....	21
1. Pengertian Stres Akademik .....	21
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	22
3. Tingkatan Stres Akademik .....	23
4. Indikator Stres Akademik.....	24

E. Prestasi Belajar.....	25
1. Pengertian Prestasi Belajar.....	25
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar.....	25
3. Fungsi Prestasi Belajar.....	27
4. Indikator Prestasi Belajar.....	28
F. Hasil Penelitian Terdahulu.....	28
G. Kerangka Pemikiran.....	31
H. Hipotesis Penelitian.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>35</b>
A. Desain Penelitian.....	35
B. Operasionalisasi Variabel.....	36
1. Variabel Bebas ( <i>Independet Variable</i> ).....	36
2. Variabel Terikat ( <i>Dependent Variable</i> ).....	37
C. Populasi dan Sampel.....	38
1. Populasi.....	38
2. Sampel.....	39
D. Sumber Data Penelitian.....	41
E. Teknik Pengumpulan Data.....	42
1. Metode Angket atau Kuesioner.....	42
F. Teknik Pengujian Instrumen Penelitian.....	43
1. Uji Validitas.....	43
2. Uji Reliabilitas.....	46
G. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis.....	48
1. Analisis Data.....	48
2. Pengujian Hipotesis.....	57
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>60</b>
A. Gambaran Objek Penelitian.....	60
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	62
1. Karakteristik Responden.....	62
2. Deskripsi Variabel Prokrastinasi Akademik.....	64
3. Deskripsi Variabel Stres Akademik.....	75
4. Deskripsi Variabel Prestasi Belajar.....	85

C. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis Penelitian .....	86
1. Uji Asumsi Klasik .....	86
2. Analisis Regresi Linier Multiple .....	90
3. Hasil Pengujian Hipotesis .....	91
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	95
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	104
A. Kesimpulan .....	104
B. Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA .....	107

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Presentase IPK Mahasiswa FPEB UPI Angkatan 2021 dan 2022 .....	4
Tabel 2. 1 Hasil Penelitian Terdahulu .....	28
Tabel 3. 1 Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	37
Tabel 3. 2 Data Jumlah Mahasiswa FPEB UPI Angkatan 2021 dan 2022 .....	39
Tabel 3. 3 Distribusi Sampel Penelitian .....	41
Tabel 3. 4 Penilaian Skala Numerik .....	43
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Variabel Prokrastinasi Akademik .....	44
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Variabel Stres Akademik .....	44
Tabel 3. 7 Rekapitulasi Hasil Uji Validitas .....	45
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	47
Tabel 3. 9 Format Tabulasi Jawaban Responden .....	48
Tabel 3. 10 Pedoman Kriteria Penilaian .....	49
Tabel 3. 11 Format Rata-rata Variabel .....	50
Tabel 3. 12 Format Rata-rata Indikator .....	50
Tabel 3. 13 Kriteria Deskriptif Variabel .....	50
Tabel 3. 14 Kriteria Deskriptif Variabel Perindikator .....	51
Tabel 4. 1 Jumlah Responden Pada Setiap Program Studi .....	62
Tabel 4. 2 Rata-Rata Variabel Prokrastinasi Akademik .....	65
Tabel 4. 3 Rata-Rata Indikator Adanya Penundaan Untuk Memulai Maupun Menyelesaikan Tugas-Tugas Akademik Yang Dihadapi .....	67
Tabel 4. 4 Rata-Rata Indikator Keterlambatan Dalam Mengerjakan Tugas .....	68
Tabel 4. 5 Rata-Rata Indikator Melakukan Aktivitas yang Lebih Menyenangkan Daripada Menyelesaikan Tugas Akademik .....	70
Tabel 4. 6 Rata-Rata Indikator Adanya Kesenjangan Waktu Antara Rencana Awal Dengan Kinerja Aktual .....	73
Tabel 4. 7 Rata-Rata Variabel Stres Akademik .....	75
Tabel 4. 8 Rata-Rata Indikator Pressure From Study (Tekanan Belajar) .....	77
Tabel 4. 9 Rata-Rata Indikator Workload (Beban Tugas) .....	78
Tabel 4. 10 Rata-Rata Indikator Worry About Grades (Kekhawatiran Terhadap Nilai) .....	80

Tabel 4. 11 Rata-Rata Indikator Self-Expectation (Ekspetasi Diri).....	82
Tabel 4. 12 Rata-Rata Indikator Despondency (Keputusasaan) .....	83
Tabel 4. 13 Deskripsi Variabel Prestasi Belajar .....	85
Tabel 4. 14 Hasil Perhitungan SPSS Uji Normalitas .....	86
Tabel 4. 15 Hasil Perhitungan SPSS Uji Linearitas Variabel Prokrasinasi Akademik .....	87
Tabel 4. 16 Hasil Perhitungan SPSS Uji Linearitas Variabel Stres Akademik ....	87
Tabel 4. 17 Hasil Perhitungan SPSS Uji Heteroskedastisitas .....	88
Tabel 4. 18 Hasil Perhitungan SPSS Uji Multikolinearitas .....	89
Tabel 4. 19 Hasil Perhitungan SPSS Regresi Lineer Multipel .....	90
Tabel 4. 20 Hasil Perhitungan SPSS Uji F.....	92
Tabel 4. 21 Hasil Perhitungan SPSS Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) .....	93
Tabel 4. 22 Hasil Perhitungan SPSS Uji t.....	94

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Hubungan Antar Variabel.....	34
Gambar 4. 1 Jumlah Responden Pada Setiap Program Studi .....	63
Gambar 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	64

## DAFTAR PUSTAKA

- Akanpaadgi, E., Binpimbu, F., & Kuuyelleh, E. N. (2023). The impact of stress on students' academic performance. *Eureka: Journal of Educational Research*, 2(1), 60–67. <https://doi.org/10.56773/ejer.v2i1.17>
- 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>
- Astuti, J. D. (2019). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Teknik Self Management. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 225–235.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Bemadette M. Gadzella, Mustafa Baloglu, William G. Masten, & Qingwei Wang. (2015). Evaluation of the Student Life-stress Inventory-Revised. East Texas State University: Psychological Reports.
- Bernard, Michael. E. (2013). *Prorastinate later : How to motivate yourself to do it now.* Schwartz & Wilkinson.
- Dera Pua Rawi, R., Wisang Candra Bintari, S., Retno Dewi Wijiastuti, S., Dhewi Nurahmawati, Ss., Muhammad Nur Abdi, M. S., Tunik Lindiani, M., & Nurul Hidayah, S. (n.d.). *Prestasi Akademik Mahasiswa Penerbit Cv. Eureka Media Aksara.*
- Desi Indrawati, A., Sintaasih, D. K., Wibawa, M. A., Putu, N., Suryantini, S., Ekonomi, F., & Bisnis, D. (n.d.). Analisis Faktor Penentu Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana.
- Doktor, N., Pendidikan, I., Negeri, U., Dosen, J., Biasa, L., Tarbiyah, J., & Purwokerto, S. (2013). Pendidikan Dalam Upaya Memajukan Teknologi. In 24 | *Jurnal Kependidikan* (Vol. 1, Issue 1).
- Dylan, & Jones, M. (2007). Stress. By Tom Cox. *Ergonomics Journal*, 24(2).
- Edward P. Sarafino, & Timothy W. Smith. (2017). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions.*
- Ekopendia, J., Ekonomi, J., Pendidikan, D., Arif, M., Solichin, E., Melina, A., Bangko, Y., Sudirman, J. J., 02 Pematang, K. M., & Bangko, K. (2019). Pengaruh Prokrastinasi Tugas Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Ekonomi STKIP YPM Bangko. *Jurnal Ekopendia*, 4(1), 56–62.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar : Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling.* Edukasi Mitra Grafika.



- Ferrari, J. R. J. L. J. and M. W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance (Theory, Research, and Treatment)*. Plenum Press.
- Gunarya, A. (n.d.). *Teknik Menangani Prokrastinasi*.
- Fauziah, H. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi* .
- Ihwana Haulan. (2023, March 8). *Partisipasi Siswa dan Capaian Hasil Belajar Indonesia Rendah*. Lampost.Co.
- Saretta, I. (2022, December 29). *Mengupas Sistem Pendidikan di Indonesia dan Perbandingannya dengan Negara Maju*. Cermati. <https://www.cermati.com/artikel/mengupas-sistem-pendidikan-di-indonesia-dan-perbandingannya-dengan-negara-maju>
- Jane B. Burka & Lenora M. Yuen. (2008). *Procrastination : Why you Do It, What To Do About It* . Perseus Books Group.
- Khaira Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh, W. (2023). Faktor Penyebab Stres Akademik Siswa Remaja (Vol. 5). <http://ntb.bkkbn.go.id/?p=1467>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915–931. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Lahir, S., Ma'ruf, M. H., & Tho'in, M. (2017). Peningkatan Prestasi Belajar Melalui Model Pembelajaran yang Tepat pada Sekolah Dasar Sampai Perguruan Tinggi. *Edunomika*, 01(01).
- Manajemen Waktu, P., Belajar, M., Perilaku Prokrastinasi Terhadap Keberhasilan Akademik Mahasiswa Studi Kasus Pada Mahasiswa Kelas Karyawan, D., Ika Andrayani, M., Hesty Utami Puspitasari, R., Apradika Kusumawati, D., Artikel, S., & Disetujui Dipublikasikan, D. (n.d.). ) 2021, 60-60 *Jurnal Ilmiah Manajemen. In Bisnis dan Ekonomi Kreatif (Vol. 1, Issue 1)*. <https://journal2.upgris.ac.id/>
- Meliawati, K. (2020). Kolerasi Antara Self Esteem Dengan Prestasi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris. *Jurnal Mimbar Ilmu*, 25(3).
- Hadi, M & Tadjudin, N. (2023). Pengaruh Stress Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021. *Jurnal Kesehatan Tambusai* , 4(4).

- Sulianti, W. (n.d.). Kesiapan Mahasiswa Tingkat Akhir Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Konsep Diri dan Kompetensi Yang Dimiliki.
- Nungki Santoso Putri, C., Noviekayati, I., & Pasca Rina, A. (2023). Prestasi belajar akademik pada mahasiswa: Bagaimana peranan manajemen waktu? *INNER: Journal of Psychological Research*.
- Nur Mawakhira Yusuf, & Jannatul Ma'wa Yusuf. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche 165 Journal*, 13.
- Nursamiaji, A., Kurniawan, K., Bimbingan, J., & Konseling, D. (2015). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application UNNES. In *IJGC* (Vol. 4, Issue 3). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Novalyne, O., Soetjningsih, C. H., & Info, A. (2022). Fenomena Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung? *Jurnal Imiah Psikologi*, 10(3), 637–644. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3>
- Makbul, M., Farida, A., & Karawang, U. S. (2023). H A W A R I Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Hasil Belajar Teknik Evaluasi Pembelajaran Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Singaperbangsa Karawang. In *Agama dan Keagamaan Islam* (Vol. 4, Issue 1).
- Phillips, S. C., Halder, D. P., & Hasib, W. (2020). Academic Stress among Tertiary Level Students: A Categorical Analysis of Academic Stress Scale in the Context of Bangladesh. *Asian Journal of Advanced Research and Reports*, 1–16. <https://doi.org/10.9734/ajarr/2020/v8i430203>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Manajemen* (S. H. M. P. Setiyawami, Ed.). Alfabeta cv.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)* (15th ed.). PT. Asdi Mahasatya.
- Putri, C. P., Mayangsari, M. D., & Rusli, D. R. (2018a). Pengaruh Stres Akademik Terhadap Academic Help Seeking Pada Mahasiswa Psikologi Unlam Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Rendah *The Influence Of Academic Stress On Academic Help Seeking Among Psychology Student of Unlam With Low Grade Point Average*. In *Jurnal Kognisia* (Vol. 1, Issue 2).
- Rasmun. (2014). *Stres, Koping dan Adaptasi*. CV. Sagung Serto.
- Ratnasari, I. W. (2017). Hubungan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *5*(2), 289–293.
- Riduwan, & Kuncoro, E. (2017). *Cara Menggunakan dan Memakai Analisis Jalur*. Alfabeta.

- Riyani, Y., Politeknik, J. A., Pontianak, N., Ahmad, J., Pontianak, Y., & Koresponden, A. (n.d.). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi pada mahasiswa Jurusan Akuntansi Politeknik Negeri Pontianak).
- Rusmaini & Purwati Yuni. (n.d.). Analisis Faktor-Faktor Penentu Prokrastinasi Akademik dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Prodi Pendidikan Ekonomi FKIP Univ. Pamulang) RUSMAINI 1) , Purwati Yuni Rahayu 2). Retrieved September 13, 2023, from <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Pekobis/article/view/3944/3005>
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian* (Vol. 8). Pustaka Pelajar Offset.
- Sari, E. Y., Lintang, N., Arkhindah, D., Wahid, H., Siwi, W., Fakultas Psikologi, A., & Dahlan, Y. (2023). Mengurangi Stres Akademik Melalui Teknik Stabilisasi Emosi Pada Siswa Sma Muhammadiyah 2 Yogyakarta *Reduce Academic Stres Through Emotional Stabilization Techniques Among Students of SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. in Abdimas Galuh* (Vol. 5, Issue 2).
- Seputar, J., Pendidikan, P., Francisce Bani, M., Dolorosa Taek, E., Hendritha, M., Ngongo, L., Keuskupan, S., Kupang, A., Stipas, ), & Kupang, K. A. (n.d.). *Jurnal Selidik Menganalisis Hubungan Prokrastinasi Akademik Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa*.
- Setiawan, A. (2017). *Belajar dan Pembelajaran* (Fungky, Ed.; Cetakan Pertama). Uwais Inspirasi Indonesia.
- Arifa, S. (2022, January 24). Hari Pendidikan Internasional, Bagaimana Tingkat Pendidikan di Indonesia Saat ini? Good News From Indonesia. <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2022/01/24/hari-pendidikan-internasional-bagaimana-tingkat-pendidikan-di-indonesia-saat-ini>
- Siregar, S. (2014). *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. PT Bumi Aksara.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Mulinda, S, & Megawati. (2018). Pengaruh Harga Diri dan Stres Terhadap Prestasi Akademik di Kalangan Mahasiswa di Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Manajemen* , 3(3).
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. In *Psychological Bulletin* (Vol. 133, Issue 1, pp. 65–94). <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steinmayr, R., Meißner, A., Weidinger, A. F., & Wirthwein, L. (2014). *Academic Achievement. In Education*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/obo/9780199756810-0108>

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)* (A. Nuryanto, Ed.; 3rd ed.). Alfabeta cv.
- Suhardjana, J. (n.d.). *Kualitas Sumberdaya Manusia Menentukan Kemajuan Suatu Negara*.
- Suryabrata, S. (1998). *Psikologi Pendidikan*. PT Raja Grafindo Persada.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. yu, & Xu, A. qiang. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546. <https://doi.org/10.1177/0734282910394976>
- Sunarti, I. (2018). *Equilibrium: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Ekonomi (Survei pada Mahasiswa Semester Ganjil 2017-2018 Pendidikan Ekonomi Universitas Kuningan)*. 15(2). <https://doi.org/10.25134/equi.v15i02>
- Suratno, E. (2020). Pengaruh Stres, Motivasi, dan Kecerdasan Spritual Terhadap Prestasi Belajar pada Mahasiswa Jurusan Sistem Informasi STIKOM Dinamika Bangsa Jambi. *J-MAS (Jurnal Manajemen Dan Sains)*, 5(1), 119. <https://doi.org/10.33087/jmas.v5i1.158>
- Syah, M. (2010). *Psikologi Pendidikan (Dengan Pendekatan Baru)* (A. Solihin, Ed.). PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Anggresta, V. (2015). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Padang. *Economica Journal*, 4 (1).
- Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. In *Jurnal Pembelajaran Prospektif* (Vol. 2, Issue 2). [www.luhurwicaksono@yahoo.com](http://www.luhurwicaksono@yahoo.com)
- Knaus, W. (2010). *End of Procrastination Now!* McGraw Hill Professional.
- Wiradintana Prodi Pendidikan Ekonomi, R. (2018). *Revolusi Kognitif Melalui Penerapan Pembelajaran Teori Bruner Dalam Menyempurnakan Pendekatan Perilaku (Behavioural Approach)* (Vol. 1).
- Wulandari, F. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Siswa IMAPAR Kota Bukittiggi. 4(1).
- Wycliffe Yumba. (2008). *Academic Stress: A Case of the Undergraduate students. Psikologi* 3.
- Yanti, R., Windarto, A. P., & Suhada, S. (2019). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Ipk Mahasiswa Terhadap Penentuan Kualitas Proses Pembelajaran Dengan Metode Electre II. *KOMIK (Konferensi Nasional Teknologi Informasi Dan Komputer)*, 3(1). <https://doi.org/10.30865/komik.v3i1.1696>

- Y.M. Lin, & F.S. Chen. (2009). Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology. *Jurnal World Transactions on Engineering and Technology Education*. *Jurnal World Transactions on Engineering and Technology Education*, 7(2), 157–161.
- Yuberti. (2014). *Teori Pembelajaran dan Pengembangan Bahan Ajar Dalam Pendidikan*. Anugrah Utama Raharja (AURA).
- Zainal Arifin. (2013). *Evaluasi Pembelajaran* (P. Latifah, Ed.; 5th ed.). Remaja Rosdakarya.