

Overview of Academic Procrastination of Students Working on Thesis at Muhammadiyah University of Sidoarjo

Gambaran Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

*Satrio Agung Pranoto
Ghozali Rusyid Affandi*

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

This research is motivated by the delay of students in working on the thesis. The purpose of this study is to find out and provide an explanation of the description of the academic procrastination of students who are working on their thesis at the Muhammadiyah University of Sidoarjo. This research method is descriptive quantitative with the subject of students who are working on a thesis totaling 292 students. Determination of subjects using proportionate stratified random sampling technique is a sampling technique used when the population has members or elements that are not homogeneous and stratified proportionally. The variable in this study is academic procrastination. The data collection in this study used a psychological preparation scale, namely the Likert scale for the academic procrastination variable made by the researcher. Analysis of the data in this study using the help of Microsoft Excel. The results of data analysis showed that male students had higher procrastination than female students with an average score of 57.18, while female students had an average of 55.59. The results of the study when viewed from the Faculty show that the SAINTEK faculty has the highest level of academic procrastination among other faculties. The results of the study based on morning and evening classes showed that the evening class (56.6) had higher academic procrastination than the morning class (55.5).

Pendahuluan

Menurut Peraturan Pemerintah RI Nomor 30 tahun 1990 mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Mahasiswa juga diartikan yaitu setiap orang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 13-30 tahun [1]. Mahasiswa dalam suatu perguruan tinggi dituntut agar bisa mandiri dan memiliki tanggung jawab agar menyelesaikan tugas-tugas akademisnya. Tugas-tugas tersebut antara lain, penyelesaian tugas kuliah, penyelesaian tugas di lapangan maupun tugas akhir atau skripsi.

Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis melalui kegiatan perencanaan, pelaksanaan dan hasil penelitian ilmiah oleh mahasiswa kemudian menyandang gelar sarjana [2]. Dalam proses penyelesaian skripsi tersebut, bukan suatu hal mudah bagi beberapa mahasiswa dan banyak kendala yang dihadapi. Hal itu terkadang yang membuat mahasiswa menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas atau skripsinya.

Seorang mahasiswa yang kurang mampu menghadapi hambatan dan kesulitan dalam mengerjakan skripsi biasanya akan melakukan penundaan. Akibat dari penundaan ini mahasiswa mengalami kegagalan dalam menyelesaikan skripsinya secara tepat waktu [2]. Menunda-nunda mengerjakan sesuatu bisa disebut juga prokrastinasi [3]. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda dalam melaksanakan, memulai maupun mengakhiri suatu aktivitas [4]. Prokrastinasi juga merupakan perilaku menunda yang memang dilakukan secara sengaja, hingga sampai batas waktu yang sudah ditentukan [3]. Perilaku prokrastinasi juga dilakukan oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan atau menyelesaikan skripsi [5].

Menurut [5] prokrastinasi memiliki beberapa aspek antara lain melakukan penundaan dalam proses

mengerjakan maupun menyelesaikan tugas, melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas, adanya kelambanan yang disengaja dalam menyelesaikan tugas, ketidakselarasan waktu antara rencana pengerjaan tugas dengan kinerja actual.

Prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan yang buruk bagi mahasiswa yang tidak hanya mengakibatkan penurunan nilai akademik dan kegagalan dalam perkuliahan namun juga mempengaruhi gaya hidup, masalah kesehatan, dan kesempatan akademik di masa depan [6]. [7] mengungkapkan prokrastinasi akademik dapat menurunkan produktivitas dan etos kerja sehingga menjadikan kualitas individu menjadi rendah. Menurut [8] prokrastinasi mengakibatkan performa akademik menjadi buruk dan ancaman Drop Out sehingga menjadi kendala bagi tujuan sistem pendidikan.

Penelitian sebelumnya oleh [9] berdasarkan data yang diperoleh dari Bagian Akademik Fakultas Teknik Sipil dan Perencanaan Universitas Islam Indonesia, bahwa tercatat dari 133 mahasiswa angkatan 2010 yang telah lulus, hanya 7 orang (5,26%) yang menyelesaikan tugas akhir selama satu semester, 117 mahasiswa angkatan 2011 yang telah lulus hanya 16 orang (13,67%) yang menyelesaikan tugas akhir selama satu semester, 173 mahasiswa angkatan 2012 yang telah lulus hanya 42 orang (24,27%) yang menyelesaikan tugas akhir selama satu semester, 54 mahasiswa angkatan 2013 yang telah lulus hanya 27 orang (50%) yang menyelesaikan tugas akhir selama satu semester. Rata-rata mahasiswa Teknik Sipil membutuhkan waktu dua semester untuk menyelesaikan tugas akhir bahkan lebih. Hal tersebut mengindikasikan adanya perilaku penundaan pada mahasiswa Teknik Sipil Universitas Islam Indonesia yang sedang mengerjakan tugas akhir.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh [10] dengan judul prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menunjukkan 77% mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori sedang. Sebanyak 23% memiliki kategori prokrastinasi akademik tinggi.

Fenomena prokrastinasi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsinya juga dilakukan di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Fenomena tersebut terlihat dari lama penyelesaian skripsi melebihi target penyelesaiannya, sehingga masa studinya melebihi 4 tahun. Menurut data DA (Direktorat Akademik) Universitas Muhammadiyah Sidoarjo terdapat 1.727 mahasiswa yang masih memprogram skripsi sampai dengan bulan agustus 2021 yang terdistribusi.

Berdasarkan hasil wawancara mahasiswa paling banyak mengalami prokrastinasi akademik pada penundaan untuk memulai atau menyelesaikan skripsi. Berdasarkan data yang didapat dari Direktorat Akademik masih banyak mahasiswa yang mengalami prokrastinasi akademik dapat diketahui dengan banyaknya jumlah mahasiswa semester akhir yang masih belum selesai dalam mengerjakan tugas skripsi. Hal tersebut juga diketahui dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan bahwa mahasiswa masih banyak yang belum selesai dalam mengerjakan skripsi dikarenakan mahasiswa lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas Prokrastinasi akademik disebabkan oleh faktor internal yaitu berasal dari siswa sendiri dan faktor eksternal yaitu berasal dari lingkungan mahasiswa [11]. Menurut [12] jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi. Menurut [13] jenis kelamin memunculkan sejumlah perbedaan dalam beberapa aspek seperti pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan berbicara.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [14] menunjukkan laki-laki memiliki prokrastinasi akademik lebih tinggi daripada perempuan. Laki-laki lebih sering meluangkan waktu bermain bersama teman-temannya daripada mengerjakan tugas perkuliahan hal tersebut berbeda dengan mahasiswa perempuan dimana mahasiswa perempuan lebih sedikit meluangkan waktu bersama teman-temannya.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam untuk mengetahui gambaran prokrastinasi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diinjau dari jenis

kelamin di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif, bertujuan untuk mengetahui gambaran prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo mulai tahun masuk 2015-2017. Sampel penelitian berjumlah 292 mahasiswa.

Teknik sampling yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling*. *proportionate stratified random sampling* adalah teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota atau unsur yang sama yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional [15]. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi berupa skala prokrastinasi akademik dengan model skala *Likert* yang dibuat oleh peneliti. Analisis data menggunakan *microsoft excel*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Fakultas	Jumlah	Persentase
FAI	24	8,3%
FBHIS	103	35,3%
FIKES	10	3,4%
FPIP	71	24,3%
FSAINTEK	84	28,7%

Table 1. *Distribusi Subjek*

Berdasarkan tabel 1 tersebut, distribusi subjek penelitian menurut menurut fakultas yaitu FAI berjumlah 24 subjek, FBHIS berjumlah 103 subjek, FIKES berjumlah 10 subjek, FPIP berjumlah 71 subjek dan FSAINTEK berjumlah 84 subjek yang akan peneliti gunakan sebagai subjek penelitian.

Kelas	Jumlah	Persentase
Pagi	184	63%
Malam	108	37%

Table 2. *Distribusi Subjek Menurut Kelas*

Berdasarkan tabel 2, distribusi subjek penelitian menurut kelas pagi dan malam diperoleh untuk kelas pagi berjumlah 18 subjek dan kelas malam berjumlah 108 subjek.

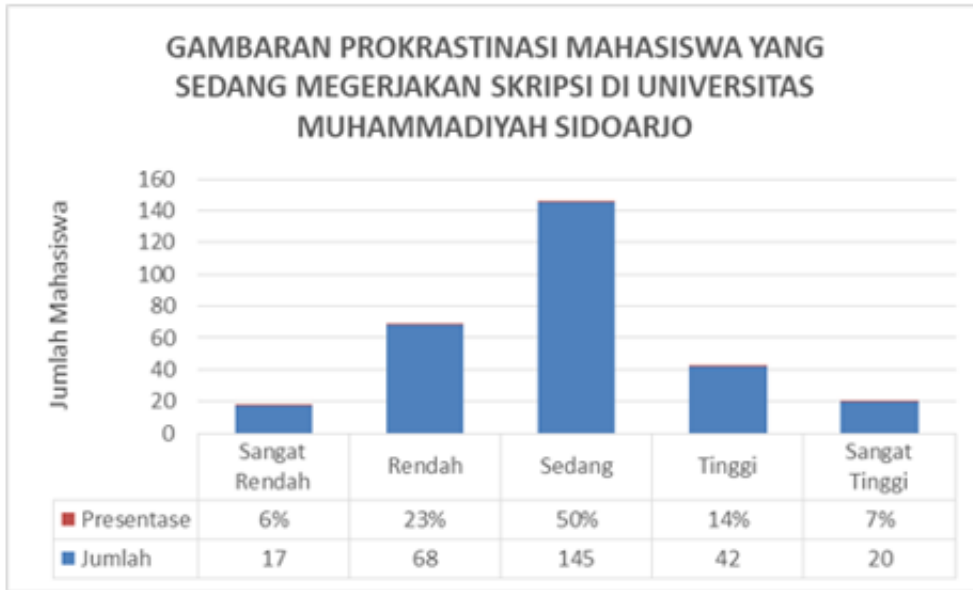


Figure 1. *Tingkatan Kategori Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi*

Gambar 1. Merupakan gambaran dari 5 tingkatan kategori prokrastinasi yang dalam masa penyelesaian skripsi terdapat pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berdasarkan total nilai aitem. Diketahui tingkat kategori prokrastinasi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berada di kategori sedang dengan nilai persentase sebesar 50% dengan jumlah 145 mahasiswa yang berada dalam kategori tersebut. Sebanyak 23% berada dalam kategori rendah, sebanyak 6% berada dalam kategori sangat rendah, sebanyak 14% berada dalam kategori tinggi dan sebanyak 7% dalam kategori sangat tinggi.



Figure 2. *Tingkatan Kategori Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi Berdasarkan Jenis Kelamin*

Berdasarkan Gambar 2. diketahui bahwa tingkat kategori prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi berdasarkan jenis kelamin laki-laki lebih besar dibandingkan dengan jenis kelamin perempuan dengan nilai rata-rata 57,18 hasil yang diperoleh mahasiswa laki-laki dan 55,59 hasil yang diperoleh oleh mahasiswa perempuan.

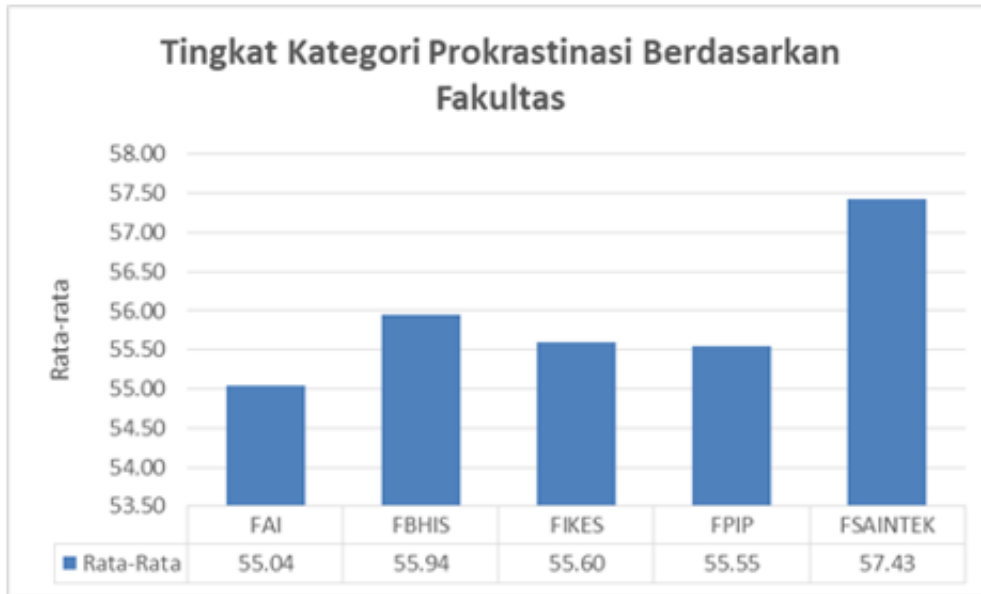


Figure 3. *Tingkatan Kategori Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi Berdasarkan Fakultas*

Berdasarkan Gambar 3. diketahui bahwa tingkat kategori prokrastinasi penyelesaian skripsi berdasarkan Fakultas diperoleh hasil bahwa FSAINTEK memiliki hasil rata-rata tingkat prokrastinasi paling besar dengan hasil 57,43, FBHIS memiliki hasil sebesar 55,94, FIKES memiliki hasil 55,60, FPIP memiliki hasil rata-rata sebesar 55,55, dan FAI memiliki hasil sebesar 55,04.



Figure 4. *Tingkatan Kategori Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi Berdasarkan Kelas*

Berdasarkan Gambar 4. diketahui bahwa tingkat kategori prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi berdasarkan kelas, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo memiliki dua kelas perkuliahan yaitu kelas pagi dan kelas malam. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa kelas malam memiliki rata-rata prokrastinasi akademik sebesar 56,6 lebih besar dibandingkan dengan kelas pagi sebesar 55,5.

Pembahasan

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini diperoleh bahwa kategoriprokrastinasimahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berada pada kategori sedang yang bernilai 50%. Hal ini menunjukkan mahasiswa cukup mampu menyelesaikan tugas atau kegiatan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya, namun mahasiswa masih belum mampu memaksimalkan dirinya dalam menyelesaikan tugas karena kurang mampu dalam membangun dorongan internal dalam diri dan mempersepsikan tugas sebagai kegiatan yang dapat menimbulkan kesenangan serta kepuasan pribadi apabila mampu menyelesaikannya dengan baik. Kondisi ini terjadi karena tuntutan sebagai mahasiswa begitu berbeda dan berat dalam bidang akademik.

Hal tersebut juga dapat dibuktikan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yuwanto, menunjukkan bahwa prosentase terbesar mahasiswa berada dikategori sedang sebesar 52,9% [16]. Penelitiannya menemukan bahwa stres akademik sebagai pemicu mahasiswa memiliki perilaku prokrastinasi. Temuan tersebut juga sejalan dengan bukti empiris yang dimana menunjukkan adanya hubungan positif antara stres akademik dan prokrastinasi ($r = .251$), yang dapat diartikan apabila mahasiswa mengalami stres akademik maka akan memunculkan perilaku prokrastinasi pada saat melakukan kegiatan akademik. [16] menyatakan prokrastinasi yang muncul mengakibatkan penundaan tugas untuk mahasiswa dalam setiap kegiatan akademiknya, karena dengan adanya prokrastinasi dapat membuat mahasiswa kurang berkonsentrasi, tidak fokus, kurang kreatif dan kesulitan dalam proses penyerapan informasi saat perkuliahan berlangsung yang akhirnya bisa berdampak pada hasil capaian tugas yang tidak maksimal [17].

Selain penelitian di atas Csikszentmihalyi melakukan penelitian di Jerman yang menggunakan pertanyaan “ pernahkah anda terlibat dengan suatu aktivitas sampai anda tidak peduli dengan hal yang lain dan melupakan waktu yang telah anda lalui? “ yang hasilnya menunjukkan 23% sering mengalami, 40% kadang-kadang, 25% jarang, dan 12% tidak pernah mengalaminya. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hanya sebagian orang saja yang mampu dan terbiasa dalam menyelesaikan tugas tanpa melakukan sebuah perilaku prokrastinasi [18].

Prokrastinasi ini sangat mempengaruhi kondisi mahasiswa untuk dapat membantu dalam mewujudkan tujuan dari mahasiswa tersebut salah satunya dalam bidang akademik. Kondisi ini diharapkan mampu membuat mahasiswa untuk selalu memunculkan kondisi prokrastinasi yang minimal pada setiap kegiatan.

Menurut hasil penelitian [19] diperoleh bahwa pengalaman prokrastinasi yang dapat dialami mahasiswa ketika belajar akan berdampak kesejahteraan mahasiswa tersebut. Hal tersebut sejalan dengan yang dipaparkan oleh [14] bahwa semakin banyak waktu yang dipakai dan dihabiskan saat dalam kondisi prokrastinasi, maka akan semakin besar pula tingkat untuk melakukan penundaan. Bentuk penundaan tersebut seperti menunda dalam menyelesaikan tugas, terlalu sibuk dengan apa yang dikerjakan sehingga melalaikan tugas kewajiban sebagai mahasiswa [20]. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Csikszentmihalyi, dkk menunjukkan *prokrastinasi* ini mampu menghasilkan luaran negatif bagi mahasiswa, yang berupa tidak adanya motivasi jangka panjang dan pendek, serta performa atau prestasi akademis menurun, maupun kompetensi sosial [21].

Tingkat kategori prokrastinasi berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan sebagian besar berada pada tingkat sedang. Tingkat kategori prokrastinasi jenis kelamin laki-laki lebih rendah dibandingkan perempuan. Tekanan akademik yang tinggi akan memunculkan stres pada mahasiswa laki-laki [22]. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh [23] mengatakan bahwa peningkatan stres yang terjadi pada mahasiswa laki-laki cenderung berkaitan dengan reaksi dalam kognitif akan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan. Penelitian ini sejalan dengan yang ditemukan [24] menemukan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan.

Tingkat kategoriprokrastinasi berdasarkan fakultas menunjukkan bahwa Fakultas Agama Islam lebih rendah dibandingkan fakultas lainnya hal ini disebabkan tekanan akademik yang dialami lebih ringan dibandingkan fakultas lain. Hal itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahmawati

bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara prestasi akademik dengan tekanan akademik pada mahasiswa pendidikan agama islam ($r^2=0,125$) [25].

Tingkat kategori prokrastinasi mahasiswa berdasarkan kelas yang diikuti menunjukkan bahwa mahasiswa yang berada dikelas pagi lebih rendah dibandingkan kelas malam, ini disebabkan mahasiswa kelas pagi yang hanya berorientasi pada tugas tanpa bekerja sehingga tekanan akademik menjadi fokus utama sedangkan mahasiswa kelas malam yang mayoritas bekerja yang memunculkan tekanan dan tugas lain yang harus diselesaikan sehingga tingkat stres akan bertambah. Sejalan dengan data *National Center for Education Statistic* [26] menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja diatas 15 jam per minggu dengan waktu yang tidak menetap (*shift*) cenderung menyebabkan prestasi akademik menurun dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja. Penelitian lain yang dilakukan [27] menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja sebagian besar tingkat stres berada dikategori berat.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu hasil penelitian ini hanya dilakukan menggunakan subjek dari semester 10 keatas, diharapkan untuk penelitian selanjutnya bisa menambahkan semester 8 demi menyempurkan penelitiannya. Penelitian ini juga hanya menggunakan satu variabel saja yaitu prokrastinasi akademik, diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain seperti *Self Efficacy*, motivasi berprestasi dan variabel pendukung lainnya.

Simpulan

Mahasiswa Universitas Muhammadiyah mengalami prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi yang berada dikategori sedang dengan nilai 50 %, yang menunjukkan bahwa laki-laki lebih banyak melakukan prokrastinasi keterlambatan penyelesaian tugas skripsi. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sudah mampu mengontrol perilaku prokrastinasi pada saat melakukan pengerjaan skripsi baik laki-laki maupun perempuan sehingga dapat menyelesaikan tugas dengan baik tanpa melakukan penundaan. sebagian besar mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo kurang mampu mengontrol perilaku prokrastinasi didalam kegiatan perkuliahan sehingga ada beberapa mahasiswa tidak dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan maksimal sehingga melakukan penundaan.

References

1. Sarwono, J. Metode Riset Skripsi Pendekatan Kuantitatif (Menggunakan Prosedur SPSS): Tuntunan Praktis dalam Menyusun Skripsi. 2021.
2. Devy, H. A., & Soemanto, R. B. Pengembangan obyek dan daya tarik wisata alam sebagai daerah tujuan wisata di Kabupaten Karanganyar. *Jurnal sosiologi dilema*, 32(1), 34-44. 2017.
3. Trifiriani, M., & Agung, I. M. Academic hardiness dan prokrastinasi pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 143-149. 2018.
4. Anggono, T., Wahyu, E., Handayani, H., Rahmadani, A., & Abdullah, A. Pirolisis Sampah Plastik untuk Mendapatkan Asap Cair dan Penentuan Komponen Kimia Penyusunnya Serta Uji Kemampuannya Sebagai Bahan Bakar Cair. *Jurnal Ilmiah Berkala Sains dan Terapan Kimia*, 3(2), 164-173. 2016.
5. Nurriqzi, M. Hubungan antara Efikasi Diri Akademik dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa di Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas Islam Indonesia). 2019.
6. Gultom, S. A., Wardani, N. D., & Fitrikasari, A. Hubungan adiksi internet dengan prokrastinasi akademik. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(1), 330-347. 2018.
7. Serajar, D. K. Pengaruh pelatihan self-regulated learning terhadap penyelesaian skripsi pada mahasiswa tingkat akhir. *Insight*, 18(2), 150-160. 2016.
8. Esmaeili, N., & Monadi, M. Identifying the causes of academic procrastination from the perspective of male middle school male students. *International Conference on Modern*

- Approach in Humanities, 2, 1-20. 2016.
9. Dewi, W. A. K., & Psi, S. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Prokrastinasi Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa. 2018.
 10. Pratiwi, D. C. Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Universitas Muhammadiyah sidoarjo. 2018.
 11. Abu, N. K., & Saral, D. G. The reasons of academic procrastination tendencies of education faculty students. *The Online Journal of New Horizons in Education*-January, 6(1). 2016.
 12. Sutrisno, A., Rini, A. P., & Pratitis, N. T. Prokrastinasi anggota Polrestabes Surabaya ditinjau dari jenis kelamin dan locus of control. *FENOMENA*, 27(1). 2018.
 13. Albandry, D. M. Prokrastinasi Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh. 2018.
 14. Triyanto, E. Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). 2021.
 15. Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: CV. Alfabeta. 2015.
 16. Yuwanto, L. Stres Akademik dan Flow Akademik. *Jurnal Psikologi UBAYA*. 2012.
 17. Arif, K. Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dan Flow Akaademik. *Calyptra UNESA*, 1(2013), 1-12. 2013.
 18. Purwati, E., & Akmaliyah, M. Hubungan antara self efficacy dengan flow akademik pada siswa akselerasi SMPN 1 Sidoarjo. *PSYMPATHIC: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 249-260. 2016.
 19. Herlambang, A. A. Rasa Bersalah Pada Mahasiswa Perantau Yang Memiliki Prestasi Akademik Rendah (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang). 2018.
 20. Lesmana, T. Hubungan Antara Academic Self-Concept Dan Academic Self-Efficacy Dengan Flow Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universita" X". <https://doi.org/10.24854/jpu02019-245>. 2019.
 21. Rosiana, D., Sumaryanti, I. U., Diantina, F. P., Dwi, A., Dwiyanti, E. P., Novita, E., Mills, T. S. Pengalaman Flow: Mengantarkan Kesuksesan Akademik dan Organisasi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan PKM Sosial, Ekonomi Dan Humaniora*, Volume 5, 147-152. 2015.
 22. Thawabieh, D. A. M., & Qaisy, D. L. M. Assessing Stress among University Students. *American International Journal of Contemporary Research*, 2(8), 1045-1049. <https://doi.org/10.1071/EA9921045>. 2012.
 23. Hamaideh, S. H. Gender differences in stressors and reactions to stressors among Jordanian university students. *International Journal of Social Psychiatry*, 58(1), 26-33. 2012.
 24. Maryama, H. Pengaruh Character Strengths dan Gender Terhadap Stres Akademik Mahasiswa UIN Jakarta yang kuliah sambil bekerja. 1-117. 2015.
 25. Rahmawati, S., Indriayu, M., & Sabandi, M. Pengaruh Tekanan Akademik Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret. *The British Journal of Psychiatry*, 112(483), 211-212. <https://doi.org/10.1192/bjp.112.483.211-a>. 2017.
 26. Dauly, S.F. Perbedaan Self Regulated Learning antara Mahasiswa Sumatera Utara yang bekerja dengan yang tidak bekerja.
 27. <http://repository.usu.ac.id/bistream/123456789/30413/7/Cover.pdf>. 2009.
 28. Triana, K. A. (2013). Hubungan antara orientasi masa depan dengan prokrastinasi dalam menyusun skripsi pada mahasiswa fakultas ilmu sosial dan ilmu politik (Fisipol) Universitas Mulawarman Samarinda. *Ejournal Psikologi*, 1(1), 284-285. 2013.