

Prokrastinasi Akademik dan Stres Akademik pada Siswa Kelas XI Khusus di SMAN 7 Wajo

Arni AR^{1*}, A.Wahyuni¹, Yammar¹, Ikdafile¹, Nirmawati Darwis¹, Fitriani¹

¹Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalatung

*e-mail korespondensi: arnilotus@yahoo.com

Keywords:

*Academic Procrastination;
Academic Stress;
Students.*

ABSTRACT

Academic stress has become one of the most prevalent psychological problems among high school students due to increasing academic demands, including excessive assignments, examinations, academic competition, and expectations to achieve high academic performance. One behavioral factor that is considered to contribute to academic stress is academic procrastination, which refers to the intentional delay in initiating or completing academic tasks despite being aware of the potential negative consequences. This study aimed to examine the relationship between academic procrastination and academic stress among Grade XI special-class students at SMAN 7 Wajo. A quantitative analytical study employing a cross-sectional design was conducted among 35 students selected using a total sampling technique. Data were collected using the Ferrari Academic Procrastination Questionnaire and the Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA). Statistical analysis was performed using Fisher's Exact Test with a significance level of 0.05. The results revealed a statistically significant relationship between academic procrastination and academic stress ($p = 0.015$), indicating that students with higher levels of academic procrastination were more likely to experience greater academic stress. These findings suggest that delaying academic tasks may increase psychological pressure through poor time management and the accumulation of academic workload. In conclusion, academic procrastination is significantly associated with academic stress among Grade XI special-class students at SMAN 7 Wajo. Schools are encouraged to develop intervention programs focusing on self-regulation, effective time management, and adaptive coping strategies to reduce procrastination and improve students' psychological well-being.

Kata Kunci:

*Prokrastinasi Akademik;
Stres Akademik;
Siswa*

ABSTRAK

Stres akademik merupakan salah satu masalah psikologis yang banyak dialami siswa sekolah menengah atas akibat meningkatnya tuntutan akademik, seperti beban tugas, ujian, persaingan belajar, dan harapan untuk mencapai prestasi yang tinggi. Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap munculnya stres akademik adalah

prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik meskipun menyadari konsekuensi negatif yang dapat ditimbulkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dengan stres akademik pada siswa kelas XI Khusus di SMAN 7 Wajo. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 35 siswa yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner prokrastinasi akademik berdasarkan teori Ferrari dan kuesioner Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) untuk mengukur stres akademik. Analisis data dilakukan menggunakan uji Fisher's Exact Test dengan tingkat kemaknaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan stres akademik ($p = 0,015$), yang mengindikasikan bahwa siswa dengan tingkat prokrastinasi yang lebih tinggi cenderung mengalami stres akademik yang lebih tinggi. Disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik berhubungan secara signifikan dengan stres akademik pada siswa kelas XI Khusus di SMAN 7 Wajo. Oleh karena itu, sekolah perlu mengembangkan program yang berfokus pada peningkatan kemampuan regulasi diri, manajemen waktu, dan strategi koping adaptif untuk mengurangi perilaku prokrastinasi serta mencegah meningkatnya stres akademik pada siswa.

Submitted: 30-05-2026;

Accepted: 28-06-2026;

Published: 30-06-2026



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode penting dalam perkembangan manusia yang ditandai oleh dinamika perubahan biologis, psikologis, sosial, dan emosional yang berlangsung sangat cepat. Pada fase ini, remaja dihadapkan pada tuntutan untuk beradaptasi dengan perubahan-perubahan tersebut sekaligus memenuhi tuntutan akademik yang semakin kompleks. Lingkungan pendidikan menjadi salah satu sumber tekanan utama bagi remaja karena mereka dihadapkan pada tugas, ujian, target prestasi, serta persiapan menuju jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Ketika tuntutan akademik melebihi kemampuan individu dalam mengelola tekanan, tekanan tersebut dapat berkembang menjadi stres akademik. Stres akademik tidak hanya mempengaruhi kesehatan mental siswa, tetapi juga berdampak pada motivasi belajar, konsentrasi, prestasi akademik, serta kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Afiffah, 2023; Rahayu, 2023; Rohmah & Merijanti, 2024).

Stres akademik telah diidentifikasi sebagai masalah kesehatan mental yang meningkat di kalangan remaja di berbagai negara. WHO menekankan bahwa gangguan kesehatan mental pada remaja menunjukkan tren peningkatan dan menjadi salah satu faktor penyebab penurunan kualitas hidup di kalangan pelajar (Afiffah, 2023; Rohmah & Merijanti, 2024). Penelitian-penelitian lintas negara, termasuk Asia, menunjukkan bahwa persaingan akademik yang ketat, ekspektasi keluarga, dan sistem evaluasi pendidikan yang kompetitif meningkatkan kerentanan remaja terhadap stres akademik dibandingkan kelompok usia lain (Afiffah, 2023; Rohmah & Merijanti, 2024). Di konteks Indonesia, beban tugas yang meningkat, tekanan memperoleh nilai tinggi, persiapan ujian, serta persaingan akademik menjadi faktor pendorong utama stres pada siswa, yang berdampak pada menurunnya motivasi belajar, rendahnya keterlibatan dalam proses pembelajaran, serta munculnya berbagai gangguan psikologis lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa sekolah memiliki peran penting tidak hanya sebagai pusat pembelajaran, namun juga sebagai lingkungan yang perlu menyediakan dukungan bagi kesehatan mental peserta didik (Afiffah, 2023; Amiruddin & Maneba, 2020; Rohmah & Merijanti, 2024).

Prokrastinasi akademik merupakan salah satu faktor yang diduga berperan penting dalam munculnya stres akademik. Prokrastinasi akademik didefinisikan sebagai kecenderungan seseorang untuk menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik meskipun sudah memahami konsekuensi negatifnya. Tindakan penundaan ini berpotensi menimbulkan akumulasi pekerjaan, meningkatkan tekanan menjelang tenggat waktu, serta menurunkan kualitas hasil belajar yang pada akhirnya meningkatkan risiko stres akademik (Faturrohman & Sagita, 2022; Lasari, 2020; Lismatusadiah & Marjohan, 2020; Sinaga & Nurmawati, 2023). Sejumlah studi menunjukkan adanya hubungan antara prokrastinasi dan masalah psikologis seperti kecemasan, regulasi diri, dan tekanan psikologis saat mendekati tenggat waktu; namun temuan mengenai kekuatan dan konsistensi hubungan ini bervariasi antar populasi dan lingkungan sekolah. Perbedaan hasil ini menekankan perlunya kajian lanjutan pada populasi dan konteks lingkungan belajar yang berbeda (Faturrohman & Sagita, 2022; Lasari, 2020; Lismatusadiah & Marjohan, 2020; Sinaga & Nurmawati, 2023).

Fenomena prokrastinasi akademik dan stres akademik juga telah ditemukan pada subkelompok tertentu di sekolah-sekolah yang memiliki karakteristik lingkungan belajar unik. Contohnya, observasi pada SMAN 7 Wajo menunjukkan masih berlangsungnya perilaku menunda tugas, kecemasan menjelang ujian, serta kelelahan akibat tuntutan akademik pada kelas XI Khusus, yang menandai adanya masalah prokrastinasi akademik dan stres akademik yang nyata pada kelompok siswa tersebut. Meskipun demikian, belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara prokrastinasi akademik dan stres akademik pada siswa kelas XI Khusus di SMAN 7 Wajo, sehingga penelitian ini berupaya mengisi kekosongan kajian tersebut dengan fokus pada konteks sekolah tertentu yang memiliki karakteristik lingkungan belajar berbeda (Lismatusadiah & Marjohan, 2020; Rachmawati et al., 2024; Rohmah & Merijanti, 2024). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dengan stres akademik pada siswa kelas XI Khusus di SMAN 7 Wajo.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di SMAN 7 Wajo pada bulan April–Mei 2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI Khusus sebanyak 35 siswa. Sampel penelitian menggunakan teknik total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan responden. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner prokrastinasi akademik berdasarkan teori Ferrari yang meliputi aspek penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan pelaksanaan, serta kecenderungan melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan. Tingkat stres akademik diukur menggunakan The Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) yang telah digunakan pada berbagai penelitian sebelumnya. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan Fisher's Exact Test dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara prokrastinasi akademik dan stres akademik.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden

No	Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Umur		
	16 tahun	15	42,9
	17 tahun	20	57,1
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	9	25,7
	Perempuan	26	74,3

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berusia 17 tahun, yaitu sebanyak 20 responden (57,1%), sedangkan responden yang berusia 16 tahun sebanyak 15 responden (42,9%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, yaitu 26 responden (74,3%), sedangkan laki-laki sebanyak 9 responden (25,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Prokrastinasi Akademik di kelas XI Khusus SMAN 7 Wajo

Prokrastinasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	26	74,3
Rendah	9	25,7
Total	35	100,0

Berdasarkan Tabel 2, distribusi prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki prokrastinasi akademik tinggi, yaitu 26 responden (74,3%), sedangkan responden dengan prokrastinasi akademik rendah sebanyak 9 responden (25,7%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi stres akademik di kelas XI Khusus SMAN 7 Wajo

Stres Akademik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tinggi	21	60,0
Rendah	14	40,0
Total	35	100,0

Berdasarkan Tabel 3, distribusi stres akademik menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami stres akademik tinggi, yaitu 21 responden (60,0%), sedangkan responden dengan stres akademik rendah sebanyak 14 responden (40,0%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Prokrastinasi dengan Stres akademik di Kelas XI Khusus SMAN 7 Wajo

Prokrastinasi	Stres Akademik				Total		Nilai P
	Tinggi		Rendah				
	n	%	n	%	n	%	
Tinggi	7	20,0	2	5,70	9	25,7	0,015
Rendah	7	20,0	19	54,3	26	74,3	
Total	14	40,0	21	60,0	35	100,0	

Berdasarkan Tabel 4, hasil analisis hubungan antara prokrastinasi akademik dengan stres akademik menunjukkan bahwa pada kelompok dengan prokrastinasi tinggi terdapat 7 responden (20,0%) yang mengalami stres akademik tinggi dan 2 responden (5,7%) yang mengalami stres akademik rendah. Sementara itu, pada kelompok dengan prokrastinasi rendah terdapat 7 responden (20,0%) yang mengalami stres akademik tinggi dan 19 responden (54,3%) yang mengalami stres akademik rendah. Hasil uji Chi-square menunjukkan nilai $p = 0,015$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan stres akademik pada siswa kelas XI Khusus SMAN 7 Wajo. Dengan demikian, semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dimiliki siswa, semakin besar kecenderungan siswa mengalami stres akademik.

PEMBAHASAN

Hasil kajian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dan stres akademik pada konteks siswa SMA/kelas XI, sejalan dengan temuan sejumlah penelitian terkait hubungan antara prokrastinasi akademik, stres, dan faktor-faktor pendukungnya (Jatmiko & Setyawan, 2021; Mardhiyyah & Indiriani, 2018; Sari et al., 2022). Dalam studi spesifik yang disebutkan pada konteks temuan ini, p values yang relevan menunjukkan signifikansi hubungan yang rendah ($p = 0,015$), yang mengindikasikan bahwa peningkatan prokrastinasi akademik berkorelasi dengan peningkatan stres akademik pada siswa XI Khusus SMAN 7 Wajo.

Hasil ini selaras dengan literatur yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik, maka semakin tinggi pula tekanan psikologis yang dialami siswa akibat beban tugas, tenggat waktu, dan persiapan yang kurang optimal (Kristy, 2019; Sari et al., 2022). Sejalan dengan hal tersebut, temuan yang memperlihatkan bahwa kebiasaan menunda penyelesaian tugas, belajar menjelang batas waktu, dan pengelolaan waktu yang kurang optimal berpotensi meningkatkan tekanan psikologis selama proses pembelajaran juga didukung oleh kajian sebelumnya yang menyoroti dampak negatif dari rendahnya manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik dan stres belajar (Dayanti et al., 2023; Kristy, 2019; M. C. Nisa et al., 2023).

Definisi prokrastinasi akademik yang dibahas dalam pembahasan ini mengacu pada perilaku menunda penyelesaian tugas secara sengaja meskipun individu menyadari konsekuensi negatifnya, serta bagaimana penundaan tersebut berujung pada akumulasi pekerjaan, tekanan mendekati tenggat, dan kekhawatiran mengenai hasil akademik. Nuansa ini selaras dengan bantuan literatur lain yang menegaskan bahwa penundaan dapat meningkatkan kecemasan, kelelahan, dan gangguan konsentrasi, sehingga berkontribusi pada stres akademik yang lebih besar (Jatmiko & Setyawan, 2021; Mardhiyyah & Indiriani, 2018; Sari et al., 2022). Namun, ada juga keragaman temuan mengenai kekuatan hubungan antar variabel tersebut tergantung konteks populasi, metodologi, dan ukuran sampel, sehingga pernyataan umum perlu dibaca dalam konteks pembelajaran dan fasilitas sekolah yang spesifik (Jatmiko & Setyawan, 2021; Noviani & Astari, 2023).

Hasil pembahasan juga menyoroti implikasi praktis bagi sekolah dan pendidik. Penelitian menunjukkan bahwa sekolah perlu mengembangkan strategi untuk mengurangi prokrastinasi akademik dengan intervensi manajemen waktu, peningkatan kemampuan belajar mandiri, serta pendampingan dari guru dan orang tua untuk menekan stres akademik. Upaya-program semacam itu telah direkomendasikan dalam literatur sebelumnya sebagai langkah efektif untuk menurunkan prokrastinasi akademik dan stres belajar melalui pembelajaran terstruktur, dukungan sosial, dan pembelajaran regulasi diri (Kristy, 2019; M. C. Nisa et al., 2023). Secara konkrit, integrasi pelatihan manajemen waktu, konseling akademik, serta pendekatan pendampingan oleh guru dan orang tua dapat menjadi bagian dari kebijakan sekolah untuk mengurangi beban psikologis siswa selama proses pembelajaran (Kristy, 2019; M. C. Nisa et al., 2023).

Kaitan antara prokrastinasi akademik dan stres akademik juga sejalan dengan temuan penelitian yang menelaah hubungan antara stres akademik dengan prestasi belajar, di mana prokrastinasi dapat berkontribusi pada penurunan prestasi melalui penurunan kinerja akibat beban tugas yang menumpuk dan persiapan yang tidak optimal. Namun, variasi hasil juga muncul dalam literatur lain yang menunjukkan hubungan positif antara stres akademik dengan prokrastinasi pada beberapa populasi mahasiswa, menekankan bahwa arah dan kekuatan hubungan ini bisa kontekstual tergantung kelompok studi dan lingkup tugas akademiknya (Noviani & Astari, 2023; Sari et al., 2022).

Terdapat perbedaan antara penelitian yang ditinjau. Beberapa referensi menekankan hubungan negatif antara efikasi diri/manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik, yang berarti peningkatan efikasi diri dan kemampuan manajemen waktu terkait dengan menurunnya prokrastinasi (Kristy, 2019; Putra, 2023), sedangkan studi lain menyoroti bahwa faktor-faktor seperti dukungan sosial, regulasi emosi, dan *well-being* bisa memoderasi hubungan ini atau menunjukkan hubungan yang bervariasi tergantung konteks. Perbedaan ini menandakan bahwa ketika menginterpretasikan hubungan antara prokrastinasi dan stres akademik, penting untuk mempertimbangkan variabel-variabel kontekstual tambahan tersebut.

Implikasi praktis yang diusulkan meliputi: (1) penguatan pelatihan manajemen waktu bagi siswa melalui program sekolah (misalnya kurikulum dukungan belajar mandiri dan workshop manajemen waktu); (2) peningkatan layanan konseling akademik untuk membantu siswa mengembangkan strategi pengelolaan tugas dan tambahan dukungan oleh guru serta orang tua; (3) integrasi praktik regulasi diri dan *self-regulation learning* (SRL) untuk meningkatkan kemampuan siswa merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi kemajuan belajarnya, sehingga tekanan akademik dapat ditekan melalui perencanaan yang lebih terstruktur; (4) pemanfaatan intervensi berbasis bukti seperti konseling berbasis pendekatan berbasis solusi (SFBC) dan intervensi SRL untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan menurunkan stres terkait tugas akademik (Mardhiyyah & Indiriani, 2018; H. Nisa et al., 2022).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola komunikasi keluarga dengan kejadian merokok pada remaja di Kecamatan Keera ($p = 0,035$). Semakin baik pola komunikasi keluarga, semakin rendah kecenderungan remaja untuk melakukan perilaku merokok. Meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah, komunikasi keluarga berperan sebagai faktor protektif yang penting dalam pencegahan perilaku merokok. Oleh karena itu, upaya pencegahan merokok pada remaja perlu dilakukan melalui penguatan komunikasi antara orang tua dan anak, disertai dukungan dari sekolah dan lingkungan sosial untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi selama proses pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Afiffah, N. P. (2023). Resiliensi Akademik Dengan Stres, Kecemasan Dan Depresi Remaja SMA Dimasa Pandemi Covid-19. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (Jppni)*, 8(1), 41. <https://doi.org/10.32419/jppni.v8i1.366>

- Amiruddin, E. P., & Maneba, S. (2020). Use of Language Learning Strategies Towards Students' English Academic Achievement at Sma Negeri 1 Baubau. *English Education Journal*, 1–7. <https://doi.org/10.55340/e2j.v6i1.283>
- Dayanti, S., Netrawati, N., Karneli, Y., & Ardi, Z. (2023). Perbedaan Tingkat Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jurusan Peserta Didik Di SMK. *Pakar Pendidikan*, 21(2), 1–9. <https://doi.org/10.24036/pakar.v21i2.308>
- Faturrohman, A., & Sagita, D. D. (2022). Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Dalam Mengikuti Pembelajaran Tatap Muka Terbatas (TMT) Di Daerah Khusus Ibukota (DKI) Jakarta. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 167–178. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.188>
- Jatmiko, R. A., & Setyawan, I. (2021). Hubungan Antara School Well-Being Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sma Mardisiswa Semarang. *Jurnal Empati*, 10(1), 47–55. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.34490>
- Kristy, D. Z. (2019). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling Theory and Application*, 8(1), 49–54. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v8i1.27736>
- Lasari, D. M. (2020). Kontribusi Locus of Control Dan Perfeksionis Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Serta Implikasinya Dalam Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Di Sman 10 Padang. *Jurnal Sosial Humaniora Sigli*, 2(1), 42–53. <https://doi.org/10.47647/jsh.v2i1.136>
- Lismatusadiah, L., & Marjohan, M. (2020). Relationship of Locus of Control With Academic Stress Student of SMA Negeri 7 Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 127. <https://doi.org/10.24036/00367kons2021>
- Mardhiyyah, R. W., & Indiriani, F. (2018). Pendekatan Konseling Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Sma. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(4), 159. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i4.485>
- Nisa, H., Pratiwi, S. H., & Nasution, E. (2022). Associations of Individual Characteristics and Nutritional Status With Hypertension in Adults. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(1), 8–15. <https://doi.org/10.14710/jpki.18.1.8-15>
- Nisa, M. C., Riza, W. L., & Sadijah, N. (2023). Pengaruh Kemampuan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas Xi Di SMK Bhinneka Karawang. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3(3), 40–45. <https://doi.org/10.36805/empowerment.v3i3.1043>
- Noviani, D., & Astari, R. W. (2023). Penyuluhan Dan Edukasi Penyakit Hipertensi Pada Posyandu Lansia Semi Wreda, Yogyakarta. *J-Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(12), 7129–7140. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i12.5545>

- Putra, R. (2023). Pola Pengasuhan Orang Tua Dan Peran Guru Dalam Pendidikan Awal Anak. *Al-Marsus Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.30983/al-marsus.v1i1.6414>
- Rachmawati, A. N. P., Nararya, C. B., Samodra, W., & Nurmalitasari, F. (2024). Adaptasi Instrumen Academic Expectation Stress Inventory-9 (AESI-9) Pada Siswa SMA. *Flourishing Journal*, 4(8), 347–357. <https://doi.org/10.17977/um070v4i82024p347-357>
- Rahayu, M. (2023). The Cultural Values of Siri' in Bugis Community Represented in Tarung Sarung Film (2020). *Pioneer Journal of Language and Literature*, 15(1), 68. <https://doi.org/10.36841/pioneer.v15i1.2768>
- Rohmah, W. A., & Merijanti, L. T. (2024). Hubungan Stres Akademik Dengan Kecenderungan Gejala Somatisasi Pada Siswa Sma Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti*, 38–48. <https://doi.org/10.25105/pdk.v9i1.16487>
- Sari, L. A., Santoso, D., & Zen, E. F. (2022). Hubungan Antara Stres Akademik Dan Prokrastinasi Akademik Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas X Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pembelajaran Bimbingan Dan Pengelolaan Pendidikan*, 2(5), 447–459. <https://doi.org/10.17977/um065v2i52022p447-459>
- Sinaga, Z. Z., & Nurmawati, N. (2023). The Relationship Between Self-Management and Student Academic Procrastination. *Jurnal Neo Konseling*, 5(2), 90. <https://doi.org/10.24036/00751kons2023>