



## **Pengaruh *Coping Strategy* Terhadap Produktivitas Pembelajaran Mahasiswa**

### ***The Influence of Coping Strategy on Student Learning Productivity***

**Rapif Samdya\*, Faiq Fauzan Alviansyah, Dina Meishinta, Muhammad Abil Hasan**

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Indonesia

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh *coping strategy* terhadap produktivitas pembelajaran dengan metode kuantitatif. 102 mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian ini. Setiap responden diadministrasikan kuesioner (*google form*) yang berisikan *The Coping Self-Efficacy Scale* (CSE) dan *The College Student Experiences Questionnaire* (CSEQ) sebagai alat ukur. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan yang positif dari *coping strategy* terhadap produktivitas pembelajaran ( $\beta = 0,279$ ;  $p < 0,05$ ). Implikasi, keterbatasan, dan saran penelitian akan didiskusikan pada bagian selanjutnya.

**Kata Kunci:** *coping*; produktivitas pembelajaran; mahasiswa

#### **Abstract**

The study aimed to investigate the influence of coping strategy on learning productivity by quantitative method. 102 undergraduate students participated in the study. Each respondent has distributed the questionnaire (*google form*) comprising *The Coping Self-Efficacy Scale* (CSE) and *The College Student Experiences Questionnaire* (CSEQ) as instruments. The result indicated that there was a positive significant influence of coping strategy on learning productivity ( $\beta = 0,279$ ;  $p < 0,05$ ). The implication, limitation, and suggestion of study will be addressed in the following section.

**Keywords:** *coping*; learning productivity; student

**How to Cite:** Samdya, R. Alviansyah, F. F. Meishinta, D. & Hasan, M. A. (2024). Pengaruh *Coping Strategy* terhadap Produktivitas Pembelajaran Mahasiswa. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 6(1) 2024: 19-26,



## PENDAHULUAN

Produktivitas pembelajaran merujuk pada kombinasi antara keterlibatan siswa/mahasiswa pada aktivitas yang bermakna dalam hal kependidikan dan segala sesuatu yang mereka peroleh dalam keterlibatan tersebut selama hasil tersebut diinginkan (Kuh & Hu, 2001). Dalam konsepnya, produktivitas pembelajaran tidak semata-mata melihat kuantitas dari *output* yang dihasilkan dari keterlibatan yang dilakukan, namun juga mempertimbangkan kualitas yang ada (Meyer, 2014). Banyak aktivitas yang mengilustrasikan produktivitas mahasiswa dalam pembelajaran, seperti mengelat proyek riset bersama dosen atau teman, mengkaji materi kuliah yang telah disajikan dosen maupun yang belum, berdiskusi bersama dosen atau pihak universitas/fakultas, terlibat dalam organisasi kampus, inisiasi untuk mengeksplorasi literatur yang dibutuhkan dalam perkuliahan, publikasi artikel ilmiah, dan lain-lain. Keterlibatan dalam pembelajaran dapat memprediksi performa akademik, terutama dalam keterlibatan secara kognitif (Dogan, 2015).

Beberapa penelitian telah membahas beberapa faktor yang menjadi determinan produktivitas pembelajaran mahasiswa, seperti manajemen waktu (Chase dkk., 2013), motivasi (Saeed & Zyngier, 2012), masalah mental (Eisenberg dkk., 2009), suasana lingkungan kelas (Shernoff dkk., 2017), kualitas tidur (Howell dkk., 2004), status sosial (Osunronbi dkk., 2023; Rheinschmidt & Mendoza-Denton, 2014), dan kecerdasan emosional (Brooks & Nafukho, 2006).

Pembolosan (*truancy*) merupakan salah satu fenomena yang menggambarkan ketidakproduktifan dalam dunia pendidikan. Onyeaka dkk. (2020) melaporkan bahwa prevalensi pembolosan para remaja di tiga negara Afrika Barat, diantaranya Benin, Ghana, dan Liberia, masing-masing sebesar 22,9%, 36,5%, dan 45,9%. Pengpid & Peltzer (2019) melaporkan prevalensi sebesar 40,7% di Laos. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kebolosan tersebut di antaranya efek penggunaan alkohol dan amfetamin, terlibat dalam pertengkaran fisik, dan dibulli. Kemudian, satpol PP mengamankan 20 pelajar di salah satu SMK di Kota Tengarang (17/01) yang ditemukan memboloskan diri (Kompas, 2023). Mengingat adanya kasus-kasus tersebut, penelitian terkait produktivitas penting untuk diangkat.

Banyak penelitian yang telah mengangkat bahasan mengenai asosiasi stres dan produktivitas dalam berbagai domain (Bui dkk., 2021; Eagan & Garvey, 2015; Pascoe dkk., 2020; Qian & Fuqiang, 2018; Sirois & Tosti, 2012; Staniscuaski dkk., 2021; Timmins & Kaliszer, 2002). Namun, sepengetahuan kami, belum ada penelitian yang menggunakan *coping strategy* dalam pengaruhnya terhadap produktivitas pembelajaran. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengamati pengaruh yang diberikan *coping strategy* terhadap produktivitas pembelajaran.

*Coping strategy* dikonseptualisasikan sebagai usaha kognitif dan perilaku yang dikerahkan untuk sebuah penyesuaian terhadap tuntutan eksternal yang dinilai melampaui sumber daya di dalam diri (Lazarus & Folkman, 1984). Fungsi utamanya adalah sebagai penyedia adaptasi psikososial dalam situasi yang menekan (Green dkk., 2005). Terdapat tiga jenis *coping strategies* yang paling umum, diantaranya *task-oriented coping*, *emotion-oriented coping*, dan *avoidance-oriented coping* (Cohan dkk., 2006). Smith dkk. (2016) mengeksplanasikan ketiga jenis *coping strategies* yang telah disebutkan sebagai berikut.

“*Task-oriented coping* berupa beberapa strategi dimana seorang individu berusaha untuk merekonseptualisasi (menemukan) sebuah solusi atas masalah yang dirasa menimbulkan sebuah distress, seperti merancang sebuah *problem solving*. *Emotion-oriented coping* dikonseptkan dengan strategi dimana seorang individu berusaha untuk meregulasi setiap emosi negatif yang dikaitkan dengan stresor dengan terlibat dalam aktivitas yang disengaja yang berkaitan dengan regulasi emosi, seperti mencari dukungan sosial dan emosional. Adapun *avoidance-oriented coping* berupa usaha yang disengaja dari segi aktivitas maupun kognitif agar berlepas diri dari situasi yang memicu stres, seperti mencari distraksi dan penggunaan obat-obatan.”

Individu dengan kemampuan *coping strategy* yang baik akan berkorelasi dengan berbagai aspek psikologis. Dumont & Provost (1999) menemukan adanya korelasi positif antara kemampuan mengatasi stresor yang ada dengan *self-esteem*. Verešová & Malá (2012) menemukan korelasi positif antara *proactive coping* dan *self-efficacy*. Aldwin & Revenson (1987) menemukan adanya korelasi sebagian antara *task-oriented coping* dan simtom psikologis, tergantung seberapa baik efikasi dirinya dalam mengatasi masalah tersebut. Selain itu, *coping strategy* yang baik akan menurunkan simtom depresi (Garnefski dkk., 2002).

Terakhir, hipotesis (Ha) yang kami ajukan adalah terdapatnya pengaruh signifikan *coping strategy* terhadap produktivitas pembelajaran. Alasan yang kami jadikan dasar dalam pengajuan hipotesis ini adalah berdasarkan literatur-literatur yang telah diulas sebelumnya. Seorang individu dengan kemampuan meregulasi kognitif, emosi, dan perilakunya terhadap berbagai stresor dengan baik, maka ia memiliki kecenderungan untuk lebih produktif. Individu yang produktif juga cenderung tidak berprokrastinasi, stres, dan memiliki *problem solving* yang baik yang mana semuanya dikaitkan kembali dengan kemampuan *coping* yang baik.

## METODE PENELITIAN

Metode kuantitatif digunakan dalam penelitian ini. Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri dari *coping strategy* sebagai variabel independen dan produktivitas pembelajaran sebagai variabel dependen.

Mahasiswa semester 3 dan 5 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diambil sebagai populasi penelitian ini. *Convenience sampling* digunakan sebagai teknik dalam pengambilan sampel. Teknik ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner penelitian kepada responden melalui grup whatsapp dan secara perorangan yang ditemui maupun secara *online*. Alasan teknik *sampling* ini digunakan mengingat keterbatasan dalam mengakumulasi anggota populasi secara keseluruhan untuk dilakukannya teknik *random sampling* yang lebih menggambarkan sampel yang representatif. Pengumpulan data dilakukan dari tanggal 18 Oktober sampai 4 November 2023 sehingga kami memperoleh responden sebanyak 102 mahasiswa. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (71,6%), mahasiswa semester 5 (70,6%), dan berasal dari fakultas psikologi (72,6%). Informasi mengenai komposisi responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Komposisi responden

	N	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	29	28,4
Perempuan	73	71,6
Semester		
3	30	29,4
5	72	70,6
Fakultas		
Psikologi	74	72,6
Ekonomi	11	10,8
Tarbiyah dan ilmu keguruan	17	16,6

*The Coping Self-Efficacy Scale* (CSE; Chesney dkk., 2006) digunakan untuk mengukur tingkat *coping strategy* mahasiswa. Item ini terdiri dari 9 butir item dengan rentang jawaban dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 4 (sangat setuju). Dengan demikian, skor tertinggi dan terendah masing-masing yang dimiliki oleh skala ini sebesar 9 dan 36. Butir-butir item pada skala ini memiliki rentang nilai validitas dari 0,229-0,529 dan nilai reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0,676. Salah satu item pada skala ini berbunyi, "Saya memilah setiap masalah yang dapat diubah dan tidak dapat diubah."

*The College Student Experiences Questionnaire* (CSEQ; Kuh & Hu, 2001) digunakan untuk mengukur tingkat produktivitas pembelajaran mahasiswa. Item ini terdiri dari 13 butir item dengan rentang jawaban dari 1 (tidak pernah) hingga 5 (sangat sering). Dengan demikian, skor

tertinggi dan terendah masing-masing yang dimiliki oleh skala ini sebesar 13 dan 65. Butir butir item pada skala ini memiliki rentang nilai validitas dari 0,299-0,662 dan nilai reliabilitas ( $\alpha$ ) sebesar 0,831. Salah satu item pada skala ini berbunyi, “*Saya melakukan riset secara individu atau berkolaborasi dengan dosen.*”

Kami menggunakan *software* IBM SPSS 25 sebagai alat bantu analisis data. Adapun bentuk analisis data yang dilakukan meliputi analisis deskriptif, uji asumsi, dan uji hipotesis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, uji analisis deskriptif dan uji asumsi dilakukan terlebih dahulu. Pada analisis deskriptif, kami menyajikan hasil kategorisasi hipotetik responden dan mean empirik untuk setiap kelompok.

Kategorisasi hipotetik (dapat dilihat pada tabel 2) menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki skor *coping strategy* dan produktivitas pembelajaran pada kategori sedang (masing-masing 58,82% dan 71,57%).

Mean empirik pada masing-masing kelompok dapat dilihat pada tabel 3. Diketahui bahwa perempuan memiliki rerata skor yang lebih tinggi dalam coping strategy, namun laki-laki lebih tinggi dalam produktivitas pembelajaran. Selain itu, skor *coping strategy* dan produktivitas pembelajaran ditemukan lebih tinggi pada mahasiswa semester 5. Meskipun adanya perbedaan dalam rerata skor, tidak ditemukan perbedaan kelompok jenis kelamin dan semester yang signifikan dalam hal *coping strategy* maupun produktivitas pembelajaran.

Uji asumsi dilakukan untuk menentukan apakah data ini berdistribusi normal dan linear (dapat dilihat pada tabel 4) sebagai persyaratan dilakukannya uji hipotesis. Uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,2 ( $p > 0,05$ ) sehingga data ini berdistribusi normal. Selain itu, uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,6 ( $p > 0,05$ ) sehingga data ini dinyatakan linear.

Terakhir, hasil uji regresi (hipotesis) menyatakan adanya pengaruh signifikan yang positif antara coping strategy dan produktivitas pembelajaran ( $\beta = 0,279$ ;  $p < 0,05$ ). Demikian juga, koefisien determinasi ( $r^2$ ) menunjukkan angka sebesar 0,144 sehingga dinyatakan bahwa *coping strategy* memberikan sumbangan pengaruh sebesar 14,4% terhadap produktivitas pembelajaran (dapat dilihat pada tabel 5).

Tabel 2. Kategorisasi responden

	Range	N	%
<i>Coping</i>			
Tinggi	28- 36	42	41,18
Sedang	19 - 27	60	58,82
Rendah	9 - 18	0	0
Produktivitas			
Tinggi	47,8 - 65	14	13,73
Sedang	30,4 - 47,7	73	71,57
Rendah	13 - 30,3	15	17,70

Tabel 3. Perbedaan *mean* kelompok

	<i>Coping</i>		Produktivitas	
	M	SD	M	SD
Jenis kelamin				
Laki-laki	26,75	2,757	40,7	7,965
Perempuan	26,78	2,595	39,76	7,365
Semester				
3	26,2	2,3	38,5	8
5	27	2,7	40,6	7,3

Tabel 4. Uji asumsi

	<i>p-value</i>
Asymp sig. K-S (uji normalitas)	0,2

Deviation from linearity (uji linearitas)

0,6

Tabel 5. Uji regresi

	$\beta$	t	p-value
<i>Coping</i> → Produktivitas	0,279	2,789	0,006

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh *coping strategy* terhadap produktivitas pembelajaran dan hasil mengungkapkan adanya pengaruh signifikan yang positif yang diberikan oleh *coping strategy* ( $\beta = 0,279$ ;  $p < 0,05$ ). Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini memperkuat penelitian-penelitian sebelumnya (Bui dkk., 2021; Eagan & Garvey, 2015; Qian & Fuqiang, 2018).

Bui dkk. (2021) dalam penelitian mereka terhadap para karyawan mengungkapkan bahwa adanya korelasi signifikan antara stres dan produktivitas di lingkungan kerja. Qian & Fuqiang (2018) menyatakan bahwa stres akan menurunkan performa akademik jika seorang individu mengambil sikap prokrastinasi yang pasif. Kemudian, Eagan & Garvey (2015) menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan antara stres karena adanya diskriminasi ras dan produktivitas mahasiswa. Namun, sepengetahuan kami, hasil penelitian ini merupakan sesuatu yang baru mengingat belum ditemukannya penelitian yang mengangkat variabel *coping strategy* dalam pengaruhnya terhadap produktivitas pembelajaran mahasiswa.

Chesney dkk. (2006) memformulasikan tiga aspek yang membentuk *coping strategy*, diantaranya penggunaan *problem-focused coping* (*coping* yang berfokus pada masalah), *stopping the unpleasant emotions and thoughts* (penghentian emosi dan pikiran yang tidak menyenangkan), serta *get support from friends and family* (*mencari* dukungan dari teman atau keluarga). Individu dengan *problem-focused coping* yang baik akan berbanding lurus dengan *sense of control* yang ia miliki (Ell dkk., 1989) sehingga memiliki kemampuan pemecahan masalah yang baik juga. Individu dengan *stopping the unpleasant emotions and thoughts* yang baik secara otomatis mampu meregulasi emosinya. Kemampuan dalam meregulasi emosi dikaitkan dengan penurunan dalam perilaku prokrastinasi yang menjadi pemicu ketidakproduktifan (Eckert dkk., 2016). Kemudian, aspek *get support from friends and family* memiliki makna yang sama dengan dukungan sosial. Individu yang mendapat dukungan sosial, terutama dari orang tua, mampu memprediksi prestasi pembelajaran (Cutrona dkk., 1994) yang mana merupakan salah satu wujud aktual dari mahasiswa yang produktif.

Namun, individu dengan kemampuan mengatasi stresor yang kurang baik tentunya rentan terhadap stres (Lazarus & Folkman, 1984). Pada gilirannya, keadaan stres ini berefek pada munculnya beberapa bentuk ketidakproduktifan dalam hal pembelajaran, seperti hilangnya motivasi intrinsik dalam belajar (Liu, 2015), ketidakhadiran dalam pembelajaran tanpa alasan yang dapat diterima (Timmins & Kaliszer, 2002), niat untuk *drop-out* (Chartrand, 1992), prokrastinasi (Sirois & Tosti, 2012), dan penurunan/rendahnya capaian akademik (Crego dkk., 2016; Elias dkk., 2011). Paradoksnya, individu yang mengalami stres justru akan menggunakan *coping strategy* yang maladaptif untuk meringankannya, seperti minum alkohol, *binge eating*, dan merokok (Azagba & Sharaf, 2011; Corbin dkk., 2013; De Young dkk., 2014).

Kemampuan atau strategi dalam mengatasi berbagai stresor di lingkungan sekitar perlu untuk ditumbuhkan demi mencegah penurunan dalam produktivitas pembelajaran. Mengembangkan emosi-emosi positif dalam diri berperan sebagai pencegah munculnya stres (Fredrickson, 2000). *Savoring* berperan sebagai salah satu sarana yang diajukan dalam mengembangkan atau melanggengkan emosi-emosi positif dalam hal kognitif (Tugade & Fredrickson, 2007) karena seorang individu menarik perhatiannya pada sikap optimis bahwa masa depannya akan baik, mengapresiasi setiap peristiwa baik yang sekarang dialami, dan merefleksikan setiap peristiwa masa lalu yang positif (Bryant, 2003). Dalam konteks sebagai mahasiswa, *savoring* dapat dilakukan dengan mempertahankan aktivitas-aktivitas akademik yang

baik dengan rasa optimis bahwa kedepannya kebiasaan tersebut akan membuahkan hasil-hasil yang positif dan menghargai setiap proses pembelajaran yang telah dilalui.

Berbagai strategi lainnya dapat dilakukan sebagai media dalam mengatasi stres yang adaptif bagi setiap mahasiswa, seperti mencari dukungan sosial (Thompson dkk., 2016), terlibat dalam aktivitas fisik (Cairney dkk., 2014), dan melakukan *journaling* mengenai opsi-opsi yang dapat menghilangkan masalah sekitar yang sedang dialami atau setidaknya membuat masalah tersebut menjadi lebih ringan (Baker & Berenbaum, 2007).

Penelitian ini tidak lepas dari keterbatasan. Sebaran partisipan dalam penelitian ini masih kurang merepresentasikan populasi yang dipilih karena terdapat beberapa jurusan yang tidak memiliki responden yang mana keterbatasan ini beriringan dengan keterbatasan lainnya, yaitu kurangnya antusiasme dari anggota populasi. Selain itu, keterbatasan sumber daya waktu yang dibutuhkan dalam meneliti juga turut menjadi keterbatasan.

## SIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan adanya pengaruh signifikan yang positif dari *coping strategy* terhadap produktivitas pembelajaran. Saran untuk penelitian di masa depan yang menggunakan variabel yang sama adalah penambahan variabel yang diperkirakan memengaruhi produktivitas pembelajaran secara eksternal ke dalam model penelitian, seperti dukungan sosial atau tekanan teman sebaya. Variabel yang lebih menarik untuk diteliti juga dapat digunakan, seperti kuantitas membaca buku *self-development* atau motivasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? a reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337–348.
- Azagba, S., & Sharaf, M. F. (2011). The effect of job stress on smoking and alcohol consumption. *Health Economics Review*, 1(1). <https://doi.org/10.1186/2191-1991-1-15>
- Baker, J. P., & Berenbaum, H. (2007). Emotional approach and problem-focused coping: A comparison of potentially adaptive strategies. *Cognition and Emotion*, 21(1), 95–118. <https://doi.org/10.1080/02699930600562276>
- Brooks, K., & Nafukho, F. M. (2006). Human resource development, social capital, emotional intelligence: Any link to productivity? *Journal of European Industrial Training*, 30(2), 117–128. <https://doi.org/10.1108/03090590610651258>
- Bryant, F. B. (2003). Savoring Beliefs Inventory (SBI): A scale for measuring beliefs about savouring. *Journal of Mental Health*, 12(2), 175–196. <https://doi.org/10.1080/0963823031000103489>
- Bui, T., Zackula, R., Dugan, K., & Ablah, E. (2021). Workplace stress and productivity: a cross-sectional study. *Kansas Journal of Medicine*, 14, 42–45. <https://doi.org/10.17161/kjm.vol1413424>
- Cairney, J., Kwan, M. Y. W., Veldhuizen, S., & Faulkner, G. E. J. (2014). Who uses exercise as a coping strategy for stress? Results from a national survey of Canadians. *Journal of Physical Activity and Health*, 11(5), 908–916. <https://doi.org/10.1123/jpah.2012-0107>
- Chartrand, J. M. (1992). An empirical test of a model of nontraditional student adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 39(2), 193–202. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.39.2.193>
- Chase, J. A. D., Topp, R., Smith, C. E., Cohen, M. Z., Fahrenwald, N., Zerwic, J. J., Benefield, L. E., Anderson, C. M., & Conn, V. S. (2013). Time management strategies for research productivity. *Western Journal of Nursing Research*, 35(2), 155–176. <https://doi.org/10.1177/0193945912451163>
- Chesney, M. A., Neilands, T. B., Chambers, D. B., Taylor, J. M., & Folkman, S. (2006). A validity and reliability study of the coping self-efficacy scale. *British Journal of Health Psychology*, 11(3), 421–437. <https://doi.org/10.1348/135910705X53155>
- Cohan, S. L., Jang, K. L., & Stein, M. B. (2006). Confirmatory factor analysis of a short form of the coping inventory for stressful situations. *Journal of Clinical Psychology*, 62(3), 273–283. <https://doi.org/10.1002/iclp.20211>
- Corbin, W. R., Farmer, N. M., & Nolen-Hoekesma, S. (2013). Relations among stress, coping strategies, coping motives, alcohol consumption and related problems: A mediated moderation model. *Addictive Behaviors*, 38(4), 1912–1919. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2012.12.005>
- Crego, A., Carrillo-Diaz, M., Armfield, J. M., & Romero, M. (2016). Stress and academic performance in dental students: The role of coping strategies and examination-related self-efficacy. *Journal of Dental Education*, 80(2), 165–172. <https://doi.org/10.1002/j.0022-0337.2016.80.2.tb06072.x>

- Cutrona, C. E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S. G., & Russell, D. W. (1994). Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 369–378. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.2.369>
- De Young, K. P., Zander, M., & Anderson, D. A. (2014). Beliefs about the emotional consequences of eating and binge eating frequency. *Eating Behaviors*, 15(1), 31–36. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2013.10.012>
- Dogan, U. (2015). Student engagement, academic self-efficacy, and academic motivation as predictors of academic performance. *Anthropologist*, 20(3), 553–561. <https://doi.org/10.1080/09720073.2015.11891759>
- Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343–363. <https://doi.org/10.1023/A:1021637011732>
- Eagan, M. K., & Garvey, J. C. (2015). Stressing out: Connecting race, gender, and stress with faculty productivity. *Journal of Higher Education*, 86(6), 923–954. <https://doi.org/10.1080/00221546.2015.11777389>
- Eckert, M., Ebert, D. D., Lehr, D., Sieland, B., & Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination. *Learning and Individual Differences*, 52, 10–18. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.10.001>
- Eisenberg, D., Golberstein, E., & Hunt, J. B. (2009). Mental health and academic success in college. *Journal of Economic Analysis and Policy*, 9(1). <https://doi.org/10.2202/1935-1682.2191>
- Elias, H., Ping, W. S., & Abdullah, M. C. (2011). Stress and academic achievement among undergraduate students in Universiti Putra Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 646–655. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.288>
- Ell, K. O., Mantell, J. E., Haraovitch, M. B., & Nishimoto, R. H. (1989). Social support, sense of control, and coping among patients with breast, lung, or colorectal cancer. *Journal of Psychosocial Oncology*, 7(3), 63–89. [https://doi.org/10.1300/J077v07n03\\_05](https://doi.org/10.1300/J077v07n03_05)
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment*, 3(1). <https://doi.org/10.1037/1522-3736.3.1.31a>
- Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., Van Den Kommer, T., & Teerds, J. (2002). Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: A comparison between adolescents and adults. *Journal of Adolescence*, 25(6), 603–611. <https://doi.org/10.1006/jado.2002.0507>
- Green, D. L., Streeter, C., & Pomeroy, E. (2005). A multivariate model of the stress and coping process for victims of crime. *Stress, Trauma and Crisis*, 8(1), 61–73. <https://doi.org/10.1080/15434610590913630>
- Howell, A. J., Jahrig, J. C., & Powell, R. A. (2004). Sleep quality, sleep propensity and academic performance. *Perceptual and Motor Skills*, 99(2), 525–535. <https://doi.org/10.2466/pms.99.2.525-535>
- Kompas. (2023). *Bolos sekolah, 20 pelajar di Tangerang diamankan satpol PP lalu disuruh "push up."* <https://megapolitan.kompas.com/read/2023/01/17/15454131/bolos-sekolah-20-pelajar-di-tangerang-diamankan-satpol-pp-lalu-disuruh>
- Kuh, G. D., & Hu, S. (2001). Learning productivity at research universities. *Journal of Higher Education*, 72(1), 1–28. <https://doi.org/10.1080/00221546.2001.11778862>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Liu, Y. (2015). The longitudinal relationship between Chinese high school students' academic stress and academic motivation. *Learning and Individual Differences*, 38, 123–126. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.02.002>
- Meyer, K. A. (2014). How community college faculty members may improve student learning productivity in their online courses. *Community College Journal of Research and Practice*, 38(6), 575–587. <https://doi.org/10.1080/10668926.2012.676501>
- Onyeaka, H., Kugbey, N., Ayanore, M., & Oppong Asante, K. (2020). Prevalence and correlates of truancy among school-going adolescents in three West African countries. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 30(7), 936–949. <https://doi.org/10.1080/10911359.2020.1774459>
- Osunronbi, T., Adebayo, W., Faluyi, D., Sofela, J., Abankwa, E., Abraha, S., Adamu-Biu, F., Ahmad, Z., Akhionbare, I., Chimba, C., Corriero, A. C., Fofanah, I. J., Ibeanusi, I., Ibrahim, U., Inyang, D., Jones, R., Kolawole, A., Madume, R., Mandangu, C., ... Watts, A. (2023). Predictors of self-reported research productivity amongst medical students in the United Kingdom: a national cross-sectional survey. *BMC Medical Education*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04412-z>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Pengpid, S., & Peltzer, K. (2019). Prevalence of truancy in a national sample of school going adolescents in Laos is associated with potential risk and protective factors. *Children and Youth Services Review*, 107. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104521>

- Qian, L., & Fuqiang, Z. (2018). Academic stress, academic procrastination, and academic performance: a moderated dual mediation model. *Journal on Innovation and Sustainability*, 9(2), 38–46. <https://doi.org/10.24212/2179-3565.2018v9i2p38-46>
- Rheinschmidt, M. L., & Mendoza-Denton, R. (2014). Social class and academic achievement in college: The interplay of rejection sensitivity and entity beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(1), 101–121. <https://doi.org/10.1037/a0036553>
- Saeed, S., & Zyngier, D. (2012). How motivation influences student engagement: A qualitative case study. *Journal of Education and Learning*, 1(2), 252–267. <https://doi.org/10.5539/jel.v1n2p252>
- Shernoff, D. J., Ruzek, E. A., & Sinha, S. (2017). The influence of the high school classroom environment on learning as mediated by student engagement. *School Psychology International*, 38(2), 201–218. <https://doi.org/10.1177/0143034316666413>
- Sirois, F. M., & Tosti, N. (2012). Lost in the Moment? An Investigation of procrastination, mindfulness, and well-being. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 30(4), 237–248. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0151-y>
- Smith, M. M., Saklofske, D. H., Keefer, K. V., & Tremblay, P. F. (2016). Coping strategies and psychological outcomes: The moderating effects of personal resiliency. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 150(3), 318–332. <https://doi.org/10.1080/00223980.2015.1036828>
- Staniscuaski, F., Kmetzsch, L., Soletti, R. C., Reichert, F., Zandonà, E., Ludwig, Z. M. C., Lima, E. F., Neumann, A., Schwartz, I. V.D., Mello-Carpes, P. B., Tamajusuku, A. S. K., Werneck, F. P., Ricachenevsky, F. K., Infanger, C., Seixas, A., Staats, C. C., & de Oliveira, L. (2021). Gender, race and parenthood impact academic productivity during the COVID-19 pandemic: From Survey to action. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.663252>
- Thompson, G., McBride, R. B., Hosford, C. C., & Halaas, G. (2016). Resilience among medical students: The role of coping style and social support. *Teaching and Learning in Medicine*, 28(2), 174–182. <https://doi.org/10.1080/10401334.2016.1146611>
- Timmins, F., & Kaliszzer, M. (2002). Absenteeism among nursing students - Fact or fiction? *Journal of Nursing Management*, 10(5), 251–264. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2834.2002.00327.x>
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies*, 8(3), 311–333. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9015-4>
- Verešová, M., & Malá, D. (2012). Stress, proactive coping and self-efficacy of teachers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 55, 294–300. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.506>