
Hubungan dan Pengaruh Beban Tugas terhadap Ketidakteraturan Hasil Akademik Siswa Kejuruan

Khoirunnisa P, Indah Noviyanti Br Manullang, Dhea P Simanjuntak, Aditia Akbar Hidayat Nst, Novialdi Ashari

Pendidikan Teknologi Informatika dan Komputer, Universitas Negeri Medan, Indonesia

Artikel info

Article history:

Submit: 13 Maret 2026

Revisi: 08 April 2026

Diterima: 20 Juni 2026

Kata kunci:

Beban tugas, hasil akademik, konsistensi belajar, siswa kejuruan, korelasi

Abstrak

Pendidikan kejuruan menuntut keseimbangan antara penguasaan teori dan praktik yang sering kali berimplikasi pada tingginya intensitas penugasan siswa. Fenomena beban kerja akademik yang berlebihan diduga menjadi salah satu faktor pemicu fluktuasi capaian belajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dan pengaruh beban tugas sekolah terhadap ketidakteraturan hasil akademik siswa kelas X Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) di SMKN 1 Percut Sei Tuan. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup pada 35 siswa yang dipilih menggunakan teknik quota sampling dan dianalisis dengan statistik deskriptif, uji korelasi Spearman Rank, serta regresi linear sederhana. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan instrumen penelitian valid dan reliabel (Cronbach's Alpha > 0,60). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan kuat antara beban tugas dengan ketidakteraturan hasil akademik ($r_s = 0,665$; $p < 0,05$). Analisis regresi menghasilkan persamaan $\hat{Y} = 5,3165 + 0,5769X$, menunjukkan bahwa beban tugas berpengaruh signifikan terhadap ketidakteraturan hasil akademik. Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa beban tugas memberikan kontribusi sebesar 44,34% terhadap variasi ketidakteraturan hasil akademik siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa pengelolaan beban tugas yang proporsional penting untuk menjaga stabilitas hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran.

Corresponding Author:

Nama: Novialdi Ashari

Afiliasi: Universitas Negeri Medan

E-mail: novialdi@unimed.ac.id

Pendahuluan

Proses pembelajaran di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) menuntut siswa untuk mengelola beban tugas akademik yang intensif, terutama pada mata pelajaran produktif yang menitikberatkan pada penguasaan keterampilan teknis. Meskipun beban

tugas berfungsi sebagai sarana latihan dan evaluasi yang esensial, pemberian tugas yang berlebihan atau tidak proporsional berpotensi memicu tekanan akademik yang serius. Kualitas pengelolaan pembelajaran ini menjadi faktor krusial, karena efektivitas pemberian tugas seharusnya berkontribusi positif terhadap capaian akademik siswa, bukan justru membebani secara berlebihan [1]. Fenomena beban kerja yang tidak terkendali tidak hanya berdampak pada penurunan hasil belajar, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap tingkat kesejahteraan siswa serta menciptakan pola pencapaian akademik yang tidak menentu [2]. Ketidakteraturan hasil akademik ini tidak hanya bermanifestasi pada prestasi yang rendah, tetapi juga pada fluktuasi nilai yang drastis, keterlambatan pengumpulan tugas, dan ketidakkonsistenan performa belajar [3]. Penelitian terbaru oleh Asieduwaa dan Konadu menunjukkan bahwa beban akademik yang berat berhubungan erat dengan luaran kesehatan mental siswa, yang pada gilirannya mengganggu stabilitas hasil belajar mereka [4].

Secara teoretis, fenomena ini dapat dijelaskan melalui *Cognitive Load Theory* yang menyatakan bahwa kapasitas pemrosesan informasi manusia sangat terbatas [5], [6], [7]. Ketika volume dan kompleksitas tugas melampaui kapasitas kognitif, fokus siswa akan menurun dan menyebabkan hasil akademik menjadi tidak konsisten [8]. Guna memitigasi risiko tersebut, penggunaan metode pembelajaran yang lebih bervariasi seperti penguatan literasi digital dan pendekatan praktikum yang terukur terbukti mampu menjaga motivasi serta stabilitas pemahaman siswa [9], [10]. Tanpa inovasi metode, kondisi tekanan akademik akan memicu stres dan kelelahan digital (*digital fatigue*), terutama pada pola pembelajaran yang banyak memanfaatkan platform daring [11]. Stres akademik yang dipicu oleh beban kerja yang berlebihan terbukti berdampak jangka panjang terhadap performa siswa, yang sering kali ditandai dengan ketidakteraturan pencapaian nilai dari satu periode ke periode berikutnya [12].

Survei literatur menunjukkan bahwa beban tugas bukan hanya masalah volume, tetapi juga terkait dengan bagaimana siswa meregulasi diri. Di sekolah kejuruan, nilai tugas sering kali dipengaruhi oleh regulasi metakognitif siswa; namun, beban yang terlalu tinggi dapat melumpuhkan kemampuan regulasi tersebut [13]. Penelitian di berbagai negara menunjukkan bahwa beban mata kuliah atau pelajaran yang tidak seimbang berkontribusi signifikan terhadap penurunan konsistensi prestasi [14], [15]. Di Indonesia, perspektif mengenai *academic fatigue* (kelelahan akademik) mengonfirmasi bahwa beban tugas merupakan prediktor kuat terhadap penurunan motivasi dan stabilitas pencapaian belajar [16], [17], [18], [19].

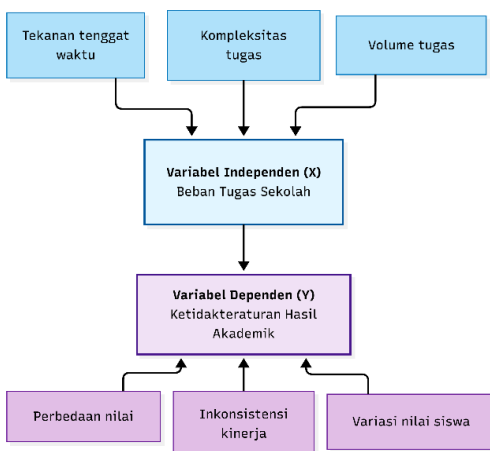
Meskipun pemberian tugas terstruktur di SMK bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar [20], pengamatan awal di SMK N 1 Percut Sei Tuan pada siswa kelas X Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) justru menunjukkan variasi hasil akademik yang tidak teratur. Fenomena ketidakstabilan nilai ini mengindikasikan adanya disfungsi

dalam manajemen beban kerja akademik yang diterima oleh siswa. Kondisi tersebut diperparah oleh tumpukan tugas dari mata pelajaran produktif dan umum yang sering kali melampaui kapasitas kognitif harian siswa. Terdapat indikasi bahwa beban tugas yang tinggi menyebabkan siswa mengalami prokrastinasi dan stress [21], yang berujung pada fluktuasi nilai yang tidak wajar.

Gap analysis dalam penelitian ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara kondisi yang diharapkan, yakni pemberian tugas sebagai sarana memperkuat pemahaman siswa, dengan kenyataan di lapangan di mana beban tugas yang berlebihan justru menjadi faktor pengganggu stabilitas hasil belajar. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus spesifik terhadap hubungan kuantitatif antara beban tugas dan aspek ketidakteraturan hasil akademik, bukan sekadar melihat prestasi tinggi atau rendah, terutama dalam konteks siswa sekolah kejuruan yang memiliki beban mata pelajaran produktif yang sangat padat. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan, pengaruh, dan besarnya kontribusi beban tugas sekolah terhadap ketidakteraturan hasil akademik siswa kelas X TKJ di SMKN 1 Percut Sei Tuan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional untuk menguji hubungan numerik antar variabel [22]. Variabel independen (X) adalah Beban Tugas Sekolah, yang ditentukan melalui indikator seperti volume, kompleksitas, dan tekanan tenggat waktu. Menilai beban tugas ini sangat penting karena beban akademik yang berlebihan telah dikaitkan dengan efek signifikan pada kesehatan mental siswa dan stabilitas kinerja akademik di tingkat sekolah menengah [4]. Di sisi lain, variabel dependen (Y) adalah ketidakteraturan hasil akademik, dievaluasi menggunakan indikator seperti perbedaan nilai, inkonsistensi kinerja, dan variasi nilai siswa seperti pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas X Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) di SMKN 1 Percut Sei Tuan tahun ajaran 2025. Sampel penelitian berjumlah 35 siswa yang ditentukan menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *quota sampling*, dengan mempertimbangkan keterwakilan setiap kelas dalam populasi. Teknik ini dipilih karena keterbatasan waktu dan kemudahan akses terhadap responden [23].

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertutup berbasis skala Likert dengan rentang nilai 1 sampai 5, yang merepresentasikan kategori dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Kuesioner disebarluaskan secara daring melalui Google Form untuk memudahkan distribusi dan efisiensi pengumpulan data. Penggunaan instrumen ini bertujuan untuk menghasilkan data yang terstruktur, terukur, dan dapat dianalisis secara statistik. Oleh karena itu, data yang diperoleh mendukung penggunaan pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengukur hubungan antar variabel secara objektif dan sistematis [24].

Sebelum mengumpulkan data primer, instrumen penelitian divalidasi menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan diuji keandalannya dengan *Cronbach's Alpha* [25]. Hasilnya menunjukkan bahwa instrumen tersebut valid dan dapat diandalkan, dengan nilai $\alpha \geq 0.60$, yang berarti bahwa pernyataan tersebut konsisten untuk mengukur konstruk penelitian. Analisis data dilakukan melalui berbagai prosedur statistik komprehensif untuk memastikan akurasi hasil. Langkah awal termasuk statistik deskriptif untuk meringkas distribusi data, diikuti oleh uji normalitas *Shapiro-Wilk* karena ukuran sampel di bawah 50 responden. Untuk memeriksa hubungan antar variabel, uji korelasi *Spearman Rank* digunakan, sedangkan tingkat pengaruh dievaluasi melalui analisis regresi linier sederhana. Metode ini dipilih karena kemampuannya untuk mengklarifikasi bagaimana jenis sekolah dan keyakinan motivasi memengaruhi efektivitas pengaturan diri siswa ketika dihadapkan dengan beban tugas [8].

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini diawali dengan pengujian validitas dan reliabilitas untuk memastikan data primer yang dikumpulkan dapat dipertanggungjawabkan. Seluruh butir pertanyaan untuk variabel Beban Tugas (X) dan Ketidakteraturan Hasil Akademik (Y) dinyatakan valid dengan nilai r -hitung $> 0,334$.

Tabel 1. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Variabel	Jumlah butir	Cronbach's Alpha	Keputusan
Beban tugas (X)	3	0,639	Reliabel
Ketidakteraturan hasil akademik (Y)	3	0,681	Reliabel

Tabel 1 menunjukkan bahwa variabel beban tugas (X) memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,639 dan variabel ketidakteraturan hasil akademik (Y) sebesar 0,681. Kedua nilai tersebut berada di atas ambang batas minimal 0,60, sehingga instrumen dapat dikategorikan memiliki reliabilitas yang cukup. Dengan demikian, kuesioner yang digunakan dinilai cukup konsisten dalam mengukur persepsi siswa, meskipun masih terdapat ruang untuk peningkatan kualitas instrumen.

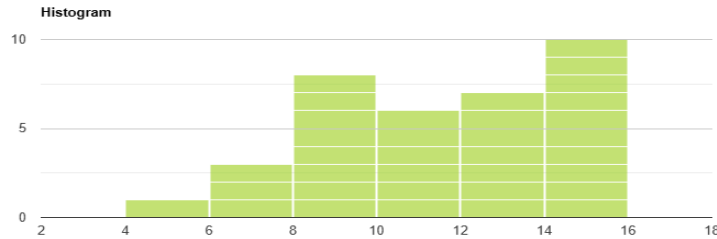
Analisis statistik deskriptif pada Tabel 2 memberikan gambaran umum data dari 35 responden yang terlibat dalam penelitian ini.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (n=35)

Statistik	Beban Tugas (X)	Ketidakteraturan (Y)
Mean	10,00	11,08
Median	10	11
Modus	13	9
Standar Deviasi	3,38	1,36
Minimum	3	4
Maximum	15	15
Range	12	11

Tabel 2 memperlihatkan bahwa variabel ketidakteraturan hasil akademik (Y) memiliki rata-rata sebesar 11,08, yang terpantau lebih tinggi dibandingkan rata-rata beban tugas (X) sebesar 10,00. Nilai standar deviasi pada variabel Y yang lebih kecil (1,36) dibandingkan variabel X (3,38) mengindikasikan bahwa penyebaran data pada variabel ketidakteraturan hasil akademik lebih homogen. Hal ini bermakna bahwa sebagian besar siswa kelas X TKJ mengalami tingkat ketidakteraturan hasil belajar yang cenderung serupa satu sama lain.

Sebelum melakukan analisis inferensial, dilakukan uji prasyarat normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* karena ukuran sampel kecil (< 50). Hasil uji menunjukkan bahwa data variabel X berdistribusi normal ($p=0,068 > 0,05$), sedangkan data variabel Y tidak berdistribusi normal ($p=0,044 < 0,05$). Ketidaknormalan distribusi variabel Y dapat divisualisasikan pada Gambar 2.



Gambar 2. Histogram Distribusi Variabel Y

Visualisasi histogram pada Gambar 2 menunjukkan pola kemiringan ke arah kanan (*positively skewed*), di mana mayoritas data terkonsentrasi pada skor-skor tinggi antara rentang 14 hingga 16. Grafik ini mempertegas bahwa sebagian besar siswa cenderung memiliki tingkat ketidakteraturan hasil akademik yang tinggi, yang secara statistik menjadi penyebab data tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil dari uji prasyarat dimana variabel Y tidak berdistribusi normal, maka analisis hubungan dilakukan menggunakan uji korelasi non-parametrik *Spearman Rank*. Hasil uji menunjukkan hubungan positif kuat dan signifikan antara beban tugas dan ketidakteraturan hasil akademik dengan koefisien korelasi $r_s = 0,665$ ($p=0,00001$). Penggunaan analisis statistik ini memberikan gambaran yang jelas dan teratur mengenai kuatnya hubungan antar variabel yang diteliti [26]. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi beban tugas yang dirasakan siswa, maka semakin tinggi pula tingkat ketidakteraturan hasil akademik mereka. Selanjutnya, untuk mengukur besaran pengaruh, dilakukan analisis regresi linear sederhana. Meskipun data Y tidak normal, analisis regresi linear sederhana tetap dapat dilanjutkan karena uji terhadap residual model menunjukkan distribusi yang normal ($p=0,994$). Hasil analisis disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Signifikansi Koefisien Regresi (Uji-t)

Variabel	Koefisien	t-hitung	p-value	Keterangan
Konstanta (a)	5,3165	4,482	0,00008	Signifikan
Beban Tugas (X)	0,5769	5,127	0,00001	Signifikan

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$\hat{Y} = 5,3165 + 0,5769X$$

Persamaan tersebut menjelaskan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada beban tugas akan diikuti oleh peningkatan ketidakteraturan hasil akademik sebesar 0,5769. Model ini didukung oleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,4434, yang mengonfirmasi bahwa beban tugas memberikan kontribusi sebesar 44,34% terhadap

variasi ketidakteraturan hasil akademik siswa, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Temuan ini menunjukkan bahwa beban tugas merupakan salah satu faktor eksternal yang berpengaruh terhadap performa akademik siswa, sebagaimana dijelaskan dalam teori belajar yang menyatakan bahwa hasil belajar dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi proses belajar siswa. Beban tugas yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan tekanan akademik yang pada akhirnya berdampak pada ketidakstabilan performa belajar siswa [3], [27]. Secara teoretis, fenomena ini selaras dengan *Cognitive Load Theory* yang menyatakan bahwa kapasitas pemrosesan informasi manusia sangat terbatas. Ketika siswa dihadapkan pada volume tugas produktif yang masif, beban kognitif tersebut melampaui kapasitas mereka sehingga menyebabkan fokus menurun dan hasil belajar menjadi tidak konsisten [7]. Korelasi positif yang kuat dalam penelitian ini juga memperkuat temuan terdahulu bahwa peningkatan beban kerja akademik dapat mengganggu stabilitas hasil belajar melalui peningkatan stres dan kelelahan belajar [16]. Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa tekanan akademik dan regulasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik yang pada akhirnya dapat mempengaruhi hasil belajar siswa [21].

Dengan demikian, data statistik dalam penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa manajemen penugasan yang tidak proporsional merupakan pemicu utama terjadinya ketidakteraturan hasil akademik pada siswa kelas X TKJ di SMKN 1 Percut Sei Tuan. Temuan ini menegaskan bahwa fluktuasi pencapaian siswa bukan sekadar masalah kemampuan individu, melainkan dampak dari kelelahan kognitif akibat akumulasi tugas yang melampaui batas ambang belajar normal. Oleh karena itu, sinkronisasi beban tugas antar mata pelajaran produktif menjadi krusial untuk memastikan proses pembelajaran tetap stabil dan kualitas hasil belajar siswa dapat terjaga secara konsisten.

Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara beban tugas sekolah dengan ketidakteraturan hasil akademik siswa kelas X TKJ di SMKN 1 Percut Sei Tuan. Beban tugas terbukti menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi ketidakstabilan hasil belajar siswa, sehingga semakin tinggi beban tugas yang diterima siswa maka semakin tinggi pula kecenderungan terjadinya ketidakteraturan hasil akademik. Temuan ini menunjukkan pentingnya pengelolaan beban tugas yang proporsional dalam proses pembelajaran. Guru dan pihak sekolah perlu mempertimbangkan keseimbangan antara jumlah tugas yang diberikan dengan

kapasitas belajar siswa agar proses belajar tetap efektif dan tidak menimbulkan tekanan akademik yang berlebihan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang juga berpotensi mempengaruhi ketidakteraturan hasil akademik siswa, seperti motivasi belajar, regulasi diri, dan manajemen waktu belajar.

Daftar Pustaka

- [1] Pipa Biringkanae, R. R. Bunahri, Musri Kona, Dhian Supardam, and Hadi Prayitno, "Pengaruh Kualitas Pembelajaran terhadap Capaian Akademik Mahasiswa Perguruan Tinggi Kedinasan," *Bul. Pengemb. Perangkat Pembelajaran*, vol. 5, no. 2, Jan. 2024, doi: 10.23917/bppp.v5i2.3216.
- [2] L. Zheng and S. Huang, "Beyond Academic Performance: An Investigation of Well-Being among Vocational and General High School Student," *Applied Research Quality Life*, vol. 20, no. 4, pp. 1583–1610, Aug. 2025, doi: 10.1007/s11482-025-10487-1.
- [3] M. Barseli, I. Ifdil, and N. Nikmarijal, "Konsep Stres Akademik Siswa," *JKP*, vol. 5, no. 3, pp. 143–148, Dec. 2017, doi: 10.29210/119800.
- [4] E. Anfo Ama Asieduwaa and B. O. Konadu, "The Relation Between Academic Workloads in Science and Mental Health Outcomes Among Middle School Learners," *Am. J. Hum. Psychol.*, vol. 3, no. 1, pp. 183–189, Oct. 2025, doi: 10.54536/ajhp.v3i1.5734.
- [5] S. Boumi and A. Vela, "Quantifying the Impact of Students' Semester Course Load on Their Academic Performance," in *2021 ASEE Virtual Annual Conference Content Access Proceedings*, Virtual Conference: ASEE Conferences, Jul. 2021, p. 37630. doi: 10.18260/1-2--37630.
- [6] A. Yulianto, S. E. Pramono, A. P. Wijaya, S. Lestari, and L. Putit, "Examining The Effects of Task Complexity and Task Difficulty on Students' Knowledge Retention: A Cognitive Load Theory Perspective," *j. kependidikan. has. penelit. kaji. kepastakaan. bid. pendidik. pengajaran. n.a.*, vol. 11, no. 4, pp. 1347–1358, Dec. 2025, doi: 10.33394/jk.v11i4.18326.
- [7] J. Sweller, "Cognitive Load During Problem Solving: Effects on Learning," *Cognitive Science*, vol. 12, no. 2, pp. 257–285, Apr. 1988, doi: 10.1207/s15516709cog1202_4.
- [8] E. Efthymiadou, E. N. Gonida, and G. Kiosseoglou, "Academic Possible Selves, Motivational Beliefs, and Self-Regulation Among Adolescents Attending General and Vocational Schools: Does the Type of School Matter?," *Behavioral Sciences*, vol. 15, no. 2, p. 158, Feb. 2025, doi: 10.3390/bs15020158.
- [9] L. Anjarwati, D. R. Pratiwi, and D. R. Rizaldy, "Implementasi Literasi Digital dalam Upaya Memperkuat Pendidikan Karakter Siswa," *bppp*, vol. 3, no. 2, Aug. 2022, doi: 10.23917/bppp.v4i2.19420.
- [10] A. Halawatal Imani, "Metode Praktikum untuk Meningkatkan Pemahaman dan Motivasi Belajar Siswa Kelas 2 SD Muhammadiyah Kaliwates, Jember pada Materi Pembelajaran Tematik," *bppp*, vol. 5, no. 2, May 2023, doi: 10.23917/bppp.v5i2.8297.

-
- [11] B. M. N. Februati, E. Gusliana, H. Prayitno, M. Ridhwan, and M. M. Ibrahim, "Analisis Pengaruh Beban Tugas Akademik Dan Digital Fatigue Terhadap Prestasi Akademik Siswa: Analysis of the Influence of Academic Task Load and Digital Fatigue on Students' Academic Achievement," *Edu Cendikia*, vol. 4, no. 03, pp. 1846–1852, Dec. 2024, doi: 10.47709/educendikia.v4i03.5632.
- [12] J. C. Benítez-Agudelo, D. Restrepo, E. Navarro-Jimenez, and V. J. Clemente-Suárez, "Longitudinal effects of stress in an academic context on psychological well-being, physiological markers, health behaviors, and academic performance in university students," *BMC Psychol*, vol. 13, no. 1, p. 753, Jul. 2025, doi: 10.1186/s40359-025-03041-z.
- [13] L. Caixia, Z. Abu Bakar, and X. Qianqian, "The Influence of Task Value on Academic Achievement: The Mediating Role of Metacognitive Regulation among Vocational Education," *IJARPED*, vol. 14, no. 1, p. Pages 1203-1217, Feb. 2025, doi: 10.6007/IJARPED/v14-i1/24211.
- [14] F.-M. Huang, J.-C. Liao, and C.-C. Yi, "The impact of labor market work and educational tracking on student educational outcomes: Evidence from Taiwan," *Economics of Education Review*, vol. 77, p. 101955, Aug. 2020, doi: 10.1016/j.econedurev.2020.101955.
- [15] L. Guo *et al.*, "The relationship between homework time and academic performance among K-12: A systematic review," *Campbell Systematic Reviews*, vol. 20, no. 3, p. e1431, Sep. 2024, doi: 10.1002/cl2.1431.
- [16] R. Hendra *et al.*, "The Impact of Perfectionism, Self-Efficacy, Academic Stress, and Workload on Academic Fatigue and Learning Achievement: Indonesian Perspectives," *Open Education Studies*, vol. 7, no. 1, p. 20250071, Apr. 2025, doi: 10.1515/edu-2025-0071.
- [17] A. Ardiningrum, I. Istianah, and S. Yunus, "Pengaruh Beban Kerja Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja," *AKSIOMA*, vol. 2, no. 2, pp. 493–505, Feb. 2025, doi: 10.62335/aksioma.v2i2.880.
- [18] I. F. Mustikawati and P. M. Putri, "Hubungan Antara Sikap Terhadap Beban Tugas Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran," *HMJ*, vol. 1, no. 2, Dec. 2018, doi: 10.30595/hmj.v1i2.3489.
- [19] E. I. Puspitasari, Widyastuti, and G. R. Affandi, "Pengaruh Stres Akademik dan Cognitive Load Terhadap Motivasi Belajar Siswa," *jip*, vol. 11, no. 2, pp. 374–388, Sep. 2024, doi: 10.35891/jip.v11i2.4871.
- [20] S. Saraswati, N. Supriyatna, S. Rahayu, and H. Wiharja, "Pengaruh Pemberian Tugas Terstruktur Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Xi Pada Mata Pelajaran Estimasi Biaya Konstruksi Di Smk Pu Negeri Bandung," *VCT*, vol. 4, no. 2, Apr. 2023, doi: 10.38038/vocatech.v4i2.97.
- [21] Erika Dosista, Rr Sri Kartikowati, and Ervina Maulida, "Pengaruh Stres Akademik dan Regulasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik di SMK Negeri 48 Jakarta," *jupendir*, vol. 2, no. 3, pp. 236–255, Jul. 2025, doi: 10.61132/jupendir.v2i3.592.

- [22] J. W. Creswell, *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*, 4th ed. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2014.
- [23] D. P. Turner, "Sampling Methods in Research Design," *Headache*, vol. 60, no. 1, pp. 8–12, Jan. 2020, doi: 10.1111/head.13707.
- [24] N. H. Md Ghazali, "A Reliability and Validity of an Instrument to Evaluate the School-Based Assessment System: A Pilot Study," *IJERE*, vol. 5, no. 2, p. 148, Jun. 2016, doi: 10.11591/ijere.v5i2.4533.
- [25] K. M. Lee and K. Kim, "An analysis of educational satisfaction using sentiment analysis: correlation analysis between Likert-scale evaluation and descriptive feedback," *Human Resource Development International*, vol. 29, no. 1, pp. 98–122, Jan. 2026, doi: 10.1080/13678868.2025.2563353.
- [26] W. N. Habiby, *Statistika Pendidikan*. Surakarta, Indonesia: Muhammadiyah University Press, 2017.
- [27] Oktaviani, Dian and Marsofiyati Marsofiyati, "Pengaruh Beban Tugas Akademik dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Burnout Mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran," *Hardik*, vol. 2, no. 1, pp. 322–336, Dec. 2024, doi: 10.62383/hardik.v2i1.1102.