

ABSTRAK

PENGARUH BEBAN TUGAS AKADEMIK, PROKRASINASI AKADEMIK, DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA DENGAN EFIKASI DIRISEBAGAI VARIABEL MEDIASI

Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 FBE USD

Azahroh Tania Defa Nur Afifa
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta
2026

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) pengaruh langsung beban tugas akademik terhadap stres akademik; 2) pengaruh langsung prokrastinasi akademik terhadap stres akademik; 3) pengaruh langsung dukungan sosial terhadap stres akademik; 4) pengaruh beban tugas akademik terhadap stres akademik dengan dimediasi oleh efikasi diri; 5) pengaruh prokrastinasi akademik terhadap stres akademik dengan dimediasi oleh efikasi diri; 6) pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik dengan dimediasi oleh efikasi diri. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir S1 Fakultas Bisnis dan Ekonomi Universitas Sanata Dharma angkatan 2022. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan *proportionate purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan 204 responden sebagai sampel yang datanya diperoleh melalui penyebaran kuesioner daring dalam bentuk *Google Form*. Teknik analisis data menggunakan *Partial Least Square* yaitu SmartPLS4. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) beban tugas akademik secara langsung berpengaruh terhadap stres akademik; 2) prokrastinasi akademik secara langsung berpengaruh terhadap stres akademik; 3) dukungan sosial secara langsung berpengaruh terhadap stres akademik; 4) beban tugas akademik berpengaruh terhadap stres akademik dengan dimediasi (*complementary-partial mediation*) oleh efikasi diri; 5) prokrastinasi akademik tidak berpengaruh terhadap stres akademik dengan dimediasi (*direct only-no mediation*) oleh efikasi diri; 6) dukungan sosial berpengaruh terhadap stres akademik dengan dimediasi sebagian (*competitive-partial mediation*) oleh efikasi diri.

Kata Kunci: Beban Tugas Akademik, Prokrastinasi Akademik, Dukungan Sosial, Stres Akademik, dan Efikasi Diri

ABSTRACT

**THE EFFECT OF ACADEMIC WORKLOAD, ACADEMIC
PROCRASTINATION, AND SOCIAL SUPPORT ON STUDENTS'
ACADEMIC STRESS WITH SELF-EFFICACY
AS A MEDIATION VARIABLE**

Study on Final-Year Undergraduate S1 FBE USD Students

Azahroh Tania Defa Nur Afifa
Sanata Dharma University
Yogyakarta
2026

This study aims to examine: (1) the direct effect of academic workload on academic stress; (2) the direct effect of academic procrastination on academic stress; (3) the direct effect of social support on academic stress; (4) the effect of academic workload on academic stress mediated by self-efficacy; (5) the effect of academic procrastination on academic stress mediated by self-efficacy; and (6) the effect of social support on academic stress mediated by self-efficacy. The population of this study consisted of final-year undergraduate students from the Faculty of Economics at Universitas Sanata Dharma, Class of 2022. A non-probability sampling technique with proportionate purposive sampling was employed. The study involved 204 respondents, and data were collected through an online questionnaire distributed via Google Forms. Data analysis was conducted using the Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) approach with SmartPLS 4 software. The results indicate that: (1) academic workload has a direct effect on academic stress; (2) academic procrastination has a direct effect on academic stress; (3) social support has a direct effect on academic stress; (4) academic workload affects academic stress through self-efficacy as a complementary partial mediator; (5) academic procrastination does not affect academic stress through self-efficacy, indicating direct-only no mediation; and (6) social support affects academic stress through self-efficacy as a competitive partial mediator.

Keywords: Academic Workload, Academic Procrastination, Social Support, Academic Stress, and Self-Efficacy