



Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışları ile Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İljal OCAK¹, Tuğba AKÇA² & Nilda HOCAOĞLU^{3*}

Öz

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Ege bölgesinde bir üniversitede öğrenimine devam eden basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilmiş 357 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri, "Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği" ve "Akademik Erteleme Ölçeği" aracılığıyla toplanmıştır. Toplanan verilere betimsel istatistikler, t-testi, tek yönlü varyans, Pearson korelasyon ve regresyon analizleri uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri cinsiyete, yaşa ve sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermemekte, öğrenim kademesinde anlamlı farklılık göstermektedir. Bu farkın ön lisans-lisans ve önlisans-lisansüstü grupları arasında olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin algılanan stres düzeyleri arasında cinsiyet gruplarında anlamlı farklılık bulunmakta iken; yaş ve öğrenim kademesinde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu pozitif ilişkinin cinsiyet, sınıf, yaş ve kademe gruplarının bazı değişkenlerinde anlamlı olduğu saptanmıştır. Çalışmanın diğer bir sonucuna göre, akademik erteleme düzeyi, algılanan stresin yaklaşık %9'unu yordamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Akademik erteleme, algılanan stres düzeyi, üniversite öğrencileri

The Relationship Between Academic Procrastination and Perceived Stress Levels of University Students

Abstract

In this study, it is aimed to examine the relationship between university students' academic procrastination behaviors and perceived stress levels. The relational survey model is used. The sample of the study consists of 357 university students of a university at the Aegean Region. Data has been collected through the 'Perceived Stress Scale' and the 'Academic Procrastination Scale' and analyzed through descriptive statistics, t-test, one way ANOVA, Pearson correlation analyze and regression analysis. According to the findings, there isn't a significant difference between university students' academic procrastination levels in terms of gender, grade level and age but there is a significant difference in terms of education level. There is a significant difference between students' perceived stress levels in terms of gender but there isn't a significant difference in terms of age, grade level and education level. There is a significant positive low-level correlation between academic procrastination and perceived stress. The level of academic procrastination predicts approximately 9 % of perceived stress.

Key Words: Academic procrastination, perceived stress level, university students

Giriş

¹Prof. Dr., Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar, Türkiye, E-mail: iocak@aku.edu.tr, ORCID: 0000-0001-6976-5747

²Öğretmen, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar, Türkiye, E-mail: tuubabasaran@gmail.com

^{3*}**Corresponding Author:** Öğr. Grv. Dr., Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar, Türkiye, E-mail: nhocaoglu@aku.edu.tr, ORCID: 0000-0002-3456-095X

Günümüzde “erteleme” hayatın her alanında karşılaşılan bir aksaklık olarak hayatın akışını etkilemektedir. Erteleme bazen bireysel bazen başka faktörlerin etkisi ile ortaya çıkmaktadır. Akademik anlamda ise “erteleme” akademik hayatta birtakım görev ve sorumlulukları yerine getirmemeye dayanan öğrencinin üzerinde olumsuz etkiler oluşturabilen bir davranıştır. Erteleme kelimesi Latince’de ‘procrastinare’ fiilinin geçmiş zaman çekiminden, ön eki pro (-e doğru) ve son eki crastinus’dan (bir sonraki güne kadar), türetilmiş ve İngilizce’ye ‘procrastination’ olarak kazandırılmıştır. Bu kelime İngilizce sözlükte yapılması gereken bir şeyin genellikle yapılmak istenmediği için ertelenmesi anlamına gelmektedir (Oxford Learner’s Dictionary, n.d). Türkçe sözlükte anlamı ise ertelemek işi, tehir, tecil ve talik etmek olarak yer almaktadır (Türk Dil Kurumu [TDK], 2023).

Toplumlarda yaygın olarak karşılaşılan erteleme davranışı, kişilerin görev ve sorumluluklarını planladıkları tarihte yapmak yerine daha geç bir tarihte veya son dakika yapmayı tercih etmeleri olarak tanımlanabilir. Bu durum, kişinin keyfi seçimlerinden veya yapması gereken bazı görevlerinin önceliğinden kaynaklanabilmektedir. Son zamanlarda özellikle teknolojinin hayata fazlaca dâhil olmasıyla internet, akıllı telefon kullanımı, sosyal medya ve dijital ortamlarda geçirilen zamanda kişilerde erteleme davranışı üzerinde etkisinin olduğu söylenebilir (Akbaş Coşar ve Gedik, 2021; Güngör ve Koçak, 2020; Gür, vd., 2018; Mergan, vd., 2023). Erteleme alışkanlıkları bireylerde hemen hemen her yaşta gözlemlenebilir. Akademik erteleme Solomon ve Rothblum (1984) tarafından ‘öznel bir huzursuzluk hissedene kadar gereksiz yere erteleme eylemi’ olarak ifade edilmiştir. Bu tanımdan hareketle akademik erteleme öğrencilerin yapması gereken birtakım eğitimsel görevlerin (ödevlerin yapılması, sınav hazırlık çalışmaları, konu tekrarları, proje oluşturma, vb.) geciktirilmesi ya da son dakika yapılması olarak açıklanabilir.

Alanyazında, akademik erteleme davranışının sergilenme sebeplerinin ve ilişkilendirildiği değişkenlerin birçok araştırmacı tarafından incelendiği görülmektedir (Akbaş ve Gizir, 2010; Balkis, vd., 2006; Karabiyik Çeri, vd., 2015; Özer ve Altun, 2011). Çelikkaleli ve Akbaş (2013) üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile genel yetkinlik inancı ve başkalarına ve kendilerine karşı sorumlulukları arasındaki ilişkinin negatif yönde anlamlı olduğunu belirtmektedir. Aydoğan ve Özbay’ın (2016) lise son öğrencileri ile yaptığı çalışmada, düşük benlik saygısının akademik erteleme davranışını anlamlı düzeyde açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Dikmen’in (2021) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin gelecek beklentilerinin akademik erteleme eğilimini negatif olarak anlamlı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çakıcı (2003) çalışmasında lise ve üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ve genel erteleme davranışının öğrenim düzeyi açısından farklılık gösterdiğine ve üniversite öğrencilerinin lise öğrencilerine kıyasla daha fazla genel ve akademik erteleme yaptıklarını belirlemiştir. Bulut ve Ocak’a (2017) göre öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışları; akademik görevlerin algılanan niteliği, öğretmenlerle ilgili olumsuz algı, akademik mükemmeliyetçilik ve kısmen de sorumsuzluk kaynaklıdır. Afzal ve Jami (2018), üniversite öğrencilerindeki akademik erteleme davranışının görülme sıklığı ve akademik ertelemenin nedenlerini araştırdığı çalışmasında akademik erteleme davranışı göstermede en güçlü yordayıcının görev almada isteksizlik olmak üzere risk alma ve karar almanın önemli sebepler olduğunu belirtmiştir.

Yoğun bir sınava hazırlık dönemini geride bırakan üniversite öğrencileri bu dönemde rehavete kapılabildikleri gibi birçoğu öğrenimini ailelerinin kontrolünden uzakta, bireysel kararlar alarak daha bağımsız bir hayat sürdürdükleri için sorumluluklarını geride bıraktıkları öğrencilik dönemlerine göre daha fazla erteleyebilmektedir. Yapılan araştırmalar, örneklemi içerisinde öğrencilerin çoğunluğunda erteleme eğilimi gösterdikleri sonucuna ulaşmıştır (Padilla Vargas, 2017; Uzun Özer ve Ferrari 2009). Erteleme fiziksel ve psikolojik iyi olma kadar performanslarla ilgili negatif sonuçlarla da ilgilenmektedir (Rozental vd., 2022). Akademik erteleme davranışı sergileyen

öğrencilerde belli bir zaman sonra birtakım olumsuz duyguların yaşanması kaçınılmazdır. Akademik erteleme uykusuz geceler, yüksek düzeyde stres, pişmanlık ve panik, tatmin etmeyen başarı ve zaman yetersizliğinden dolayı yapacağı işten vazgeçme gibi sonuçlanabilmektedir (Kağan vd., 2010). Akademik erteleme davranışında bulunan bireylerde çoğunlukla stres, kaygı ve suçluluk duyguları yaygın olarak görülmektedir (Rozenal & Carlbring, 2014). Akademik ertelemenin yol açtığı duygusal sorunların başında stres gelmektedir.

Kelime kökeni Latince "estricia"ya dayanan stres (Güçlü, 2001), yaşamın belirli dönemlerinde farklı düzeylerde ortaya çıkan vücudun bir tepkisidir. Her bireyde stres algısı farklı olduğu için bu terim için birçok farklı tanımla karşılaşılmaktadır. Cüceloğlu'na (1994) göre stres, fiziksel ve sosyal çevrenin uyumsuz koşulları sebebi ile kişinin fiziksel ve psikolojik sınırlarının ötesinde sarf ettiği gayrettir. Biyolojik stresin açıklamasını ilk kez yapan Selye (1993, akt. Fink, 2010) stresi, bedene yüklenen herhangi bir isteme karşı, vücudun gösterdiği bir tepki olarak ifade etmektedir. Stres günlük hayatımızın bireysel deneyimidir. Üniversite, öğrencilerin hayatlarında dönüm noktası olarak nitelendirilebilecekleri bir süreçtir. Beklentilerin çoğaldığı bu dönemde öğrencilerin stres yaşamalarına sebebiyet verecek birçok sorun baş göstermektedir. Bu konuda yaşanan stres kaynakları çok çeşitli olabilmektedir. Bunlar, farklı bir şehirde yaşamak, konaklama sorunları, sosyal hayatla ilgili sorunlar, ergenlik dönemi sorunları, akademik sorunlar, duygusal sorunlar ve maddi sıkıntılar olarak sıralanabilir. Stres, insanların hayatlarını yakından etkileyen bir duygu olarak ifade edilebilir (Dedeoğlu Demir, vd., 2024). Bu duygunun altında yatan nedenlerin belirlenmesi stresin azaltılmasında ya da ortadan kaldırılmasında önemli bir role sahiptir.

Algılanan stres ise bireyin yaşamış olduğu strese ilişkin belirli duygu ve düşüncelerini ifade eder. Bireyin belirli bir zamanda ve belirli bir durumda, stresi ne kadar kontrol edebildiği, bu stresle nasıl başa çıkabildiği ve kendine ne kadar güvendiği ile ilişkilidir (Phillips, 2013). Literatürde algılanan stresin konu alındığı birçok çalışmaya rastlanmaktadır. Kausar (2010), akademik yoğunluk ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu ikisi arasında pozitif ilişkinin var olduğu ve akademik yoğunluğun ve algılanan stres düzeyinin öğrenciler tarafından kullanılan başa çıkma stratejisi türünün bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Akademik performans ile algılanan stres arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada ise algılanan stresin öğrencilerin akademik performansları ile negatif yönde bir ilişkisi olduğu belirlenmiştir (Talib & Zia-ur-Rehman, 2012). Tagay vd. (2018) ise genç yetişkinler ile yaptığı çalışmada, bireylerin sahip olduğu benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlarının ve algılanan stres düzeylerini yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Ülkemizde ise akademik erteleme ile algılanan stres arasındaki ilişki konusu ile doğrudan ilgili az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Örneğin, Durgun, vd.'nin (2021) çalışmada COVID-19 salgını döneminde öğrenim görmekte olan hemşirelik öğrencilerinin akademik erteleme ve algılanan stres düzeyleri incelenmiştir. Benzer bir çalışmada, farklı depresyon ve anksiyete düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları incelenmiştir ve öğrencilerin akademik erteleme davranış puan ortalamalarının sahip oldukları stres düzeylerine göre anlamlı farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır (Akdoğan, 2013). Lise öğrencilerinin kişisel özellikleri, akademik erteleme, sosyal medya bağımlılığı, algılanan stres ve uyku düzeylerinin araştırıldığı çalışmada ise algılanan stresin akademik ertelemeyi pozitif anlamda anlamlı olarak yordadığı ve sosyal medya bağımlılığı ile akademik erteleme ilişkisinde algılanan stres, uyku ve uyku bozuklukları değişkenlerinin aracı etkisinin var olduğu tespit edilmiştir (Kaya, 2023). Yüksek düzeyde ertelemenin stres ve akademik başarısızlıkla ilişkilendirildiği çalışmada ise ertelemenin öğrencinin çalışma verimindeki ve performansındaki etkisini engelleyerek stres oluşturduğu gözlemlenmiştir (Kuftyak, 2022).

Algılanan stres düzeyinin akademik performansı negatif olarak etkilediği göz önünde bulundurularak stresin öğrencilerin akademik performanslarını ortaya koymada bir engel teşkil ettiği söylenebilir (Talib & Zia-ur-Rehman, 2012). Aynı zamanda, akademik erteleme davranışının bir sonucu olarak da öğrencilerde olumsuz duygu yaşanma olasılığının mümkün olduğu ve sonrasında

yoğun kaygı ve stresin yaşandığı belirtilmektedir (Solomon & Rothblum, 1984). Birey yaşadığı stresin farkına vardığında onu iyi sonuçlara götürecektir olan kendine ve sorunla başa çıkma yeteneğine güvenmesi gerekmektedir. Literatürde stres algısının özyeterlik ve akademik erteleme üzerindeki etkisini araştıran çalışmalar (Kandemir, vd., 2014; Ma, vd., 2022), akademik stres, akademik performans ve akademik erteleme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar (Kuftyak, 2022; Qian & Fuqiang, 2018) yer almaktadır. Ayrıca, pandemi sürecinde algılanan stres ile akademik ertelemenin rolünü araştıran çalışmalar (Fincham & May, 2021; Yang, vd., 2022) ve akademik erteleme davranışları üzerinde birden fazla değişkenin etkisini (zaman yönetimi, karar verme stilleri ve algılanan stres) inceleyen araştırmalar (Mişe & Hançer, 2019; Nayak, 2019) bulunmaktadır.

Bu çalışmada ise üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri cinsiyet, yaş, öğrenim görülen kademe ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre incelenerek akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişki bu değişkenler açısından değerlendirilmiştir.

Amaç

Araştırmada, 2023-2024 akademik yılı güz döneminde üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin araştırılarak bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Problem

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusu problem cümlesi olarak belirlenmiş ve aşağıdaki alt problemler incelenmiştir.

Alt Problemler

1. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeylerinin dağılımları nasıldır?
2. Üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeylerinin dağılımları nasıldır?
3. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ve algılanan stres düzeyleri
 - a) cinsiyete göre
 - b) yaşa göre
 - c) öğrenim görülen kademeye göre
 - d) sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinde
 - a) cinsiyet gruplarında
 - b) yaş gruplarında
 - c) sınıf düzeyleri gruplarında
 - d) öğrenim görülen kademe gruplarında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri, algılanan stres düzeylerini yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Deseni

Araştırmada ilişkiel tarama modeli benimsenmiştir. İlişkiel tarama modeli en az iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin var olup olmadığının ve ne düzeyde bir ilişkinin olduğunun araştırıldığı bir modeldir (Gay, vd., 2012). Araştırmada üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu düşünülmekte olduğu için bu yöntem kullanılmıştır. Ayrıca yukarıda belirtilen cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi gibi değişken gruplarında akademik erteleme ve algılanan stres ilişkisi incelenmiştir.

Evren/Örneklem

Araştırmanın çalışma evrenini 2023-2024 Akademik yılı güz döneminde Ege bölgesinde bir üniversitede öğrenim görmekte olan öğrenciler; örneklemini ise bu üniversitenin farklı fakülte ve enstitülerinde, farklı kademelerde ve farklı sınıf düzeylerinde öğrenim gören olan 357 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma evreninin çok büyük ve karmaşık olmaması ve buna bağlı olarak örneklem seçiminin kolay olması (Kılıç, 2013) sebebiyle basit seçkisiz örnekleme yapılmıştır. Seçkisiz örnekleme yöntemi ile temsil gücü en iyi ve en geçerli örneklem belirlenir (Şahin & Karakuş, 2019). Örneklem büyüklüğünü belirlemede Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004) tarafından önerilen örneklem büyüklüğü hesaplama tablosuna göre 5000 kişi için $\alpha=0,05$ hata payıyla hesaplanacak örneklem miktarı 357 kişidir. Araştırmanın çalışma grubuna ait demografik bilgilerden bazıları Tablo 1’de belirtilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Alt Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	218	61,1
	Erkek	139	38,9
Yaş	18-20	172	48,2
	21-25	137	38,4
	26-40	48	13,4
Kademe	Ön lisans	49	13,7
	Lisans	278	77,9
	Lisansüstü	30	8,4
Sınıf Düzeyi	1.Sınıf	133	37,3
	2.Sınıf	107	30,0
	3.Sınıf	67	18,8
	4.Sınıf	50	14,0
	Toplam		357

Tablo 1’de yer aldığı üzere araştırmaya katılan öğrencilerin 218’i kadın, 139’u erkek; 172’si 18-20 yaş aralığında, 137’si 21-25 yaş aralığında, 48’i ise 26-40 yaş aralığındadır. Öğrencilerin 49’u ön lisans öğrencisi, 278’si lisans öğrencisi ve 30’u lisansüstü durumundadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin 133’ü 1. Sınıf, 107’si 2. Sınıf, 67’si 3. sınıf ve 50’si 4. Sınıfta öğrenim görmektedir. Buna göre çalışmaya toplam 357 öğrenci katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeylerini belirlemek için Çakıcı’nın (2003) geliştirmiş olduğu 19 maddelik “Akademik Erteleme Ölçeği”; üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeylerini tespit etmek için ise Cohen, vd. (1983) tarafından geliştirilen ve Eskin, vd.’nin (2013) Türkçeye uyarladıkları 14 maddelik “Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği” kullanılmıştır.

Akademik Erteleme Ölçeği (AEÖ)

Araştırmada, Çakıcı'nın (2003) geliştirdiği Akademik Erteleme Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekte ters puanlama yapılacak madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 95 iken en düşük puan 19'dur. Beşli Likert türündeki bu ölçek toplam on dokuz maddeden oluşmaktadır. Lise ve üniversite öğrencilerinin oluşturduğu 849 kişilik örneklem üzerinde çalışılmıştır. Akademik erteleme ölçeğinin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı 0,92 olarak ölçülmüştür. Bu çalışma için yapılan güvenirlik analizinde ise katsayı 0,67 olarak hesaplanmıştır. Cronbach Alfa katsayısının değerlendirilmesine yönelik kullanılan değerlendirme aralıkları ise; $0,00 \leq \alpha < 0,40$ güvenilir olmayan ölçek, $0,40 \leq \alpha < 0,60$ düşük güvenilir dereceli ölçek, $0,60 \leq \alpha < 0,80$ oldukça güvenilir ölçek ve $0,80 \leq \alpha < 1,00$ yüksek güvenirlik dereceli ölçek şeklindedir. Bu değerlendirme göz önünde bulundurulduğunda bu çalışmada kullanılan ölçeğin oldukça güvenilir olduğu söylenebilir (Özdamar, 1999; akt. Ocak, 2019). Çalışmanın ölçek derecelerinin aralıkları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 2. 5'li Derecelendirme Ölçeği Tablosu (1-5 Arası Puanlı)

Seçenekler	Puan Aralığı	Verilen Puanlar
Beni hiç yansıtmıyor.	1,00 – 1,80	1
Beni çok az yansıtıyor	1,81 – 2,60	2
Beni biraz yansıtıyor.	2,61 – 3,40	3
Beni çoğunlukla yansıtıyor.	3,41 – 4,20	4
Beni tamamen yansıtıyor.	4,21 – 5,00	5

Algılanan Stres Ölçeği (AEÖ)

Araştırmada kullanılan ikinci ölçek ise Algılanan Stres Ölçeğidir. 1983 yılında Cohen ve arkadaşları tarafından geliştirilen Algılanan Stres Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması Eskin, vd. (2013) tarafından yapılmıştır. Beşli likert ölçeği olarak oluşturulan ölçek 14 maddeden oluşmaktadır. 4, 5, 6, 7, 9, 10, 13. maddeler olumlu ifadeler içermekte olup ters puanlama yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 56, en düşük puan 0'dır. Alınan en yüksek puan, katılımcının stres algısının fazla olduğunu belirtmektedir. Geliştirilen ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı 0,84 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin güvenirlik katsayı 0,83 olarak hesaplanmıştır. Bu değer ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğunu gösterir niteliktedir. Çalışmanın ölçek derecelerinin belirlenmesinde Aralık genişliği=(Dizi Genişliği)/(Yapılacak Grup Sayısı) formülünden yararlanılmış ve ölçek derece aralıkları aşağıdaki tabloda verilmiştir (Tekin, 1996).

Tablo 3. 5'li Derecelendirme Ölçeği Tablosu (0-4 Arası Puanlı)

Seçenekler	Puan Aralığı	Verilen Puanlar
Hiçbir zaman	0,00 – 0,80	0
Neredeyse hiçbir zaman	0,81 – 1,60	1
Bazen	1,61 – 2,40	2
Oldukça sık	2,41 – 3,20	3
Çok sık	3,21 – 4,00	4

Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler Afyon Kocatepe Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 357 öğrenciden toplanmıştır. Öncelikle araştırma, Afyon Kocatepe Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 20.12.2023 tarihli ve 2023/385

sayılı karar doğrultusunda onaylanmıştır. Araştırmaya katılım için öğrencilerden onam formu alınmıştır.

Verilerin analizinden önce, parametrik ve parametrik olmayan testlerin kullanım tercihine karar vermek için tüm çarpıklık ve basıklık katsayılarına göre normalliğe bakılmıştır. Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzey değişkenleri için çarpıklık katsayısı, 179; basıklık katsayısı ise -100 olarak hesaplanmıştır. Algılanan stres düzeyleri için ise çarpıklık değeri: -,070; basıklık değeri: ,396 olarak bulunmuştur. George & Mallery'e (2010) göre, verilerin normallik değerleri -2 ile +2 arasındaysa normal dağılım göstermektedir. Bu sonuçlara bağlı olarak tüm değişkenlerin normal dağıldıkları varsayılmış ve analizlerde parametrik testlerin kullanımına karar verilmiştir.

Araştırma kapsamında betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Dağılımlar için frekans, yüzde ve aritmetik ortalama hesaplamaları yapılmıştır. Öğrencilerin cinsiyete göre akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinin anlamlı farklılaşp farklılaşmadığını saptamak için t-testi uygulanmıştır. Öğrenim görülmekte oldukları kademe, sınıf düzeyi ve yaş değişkenlerine göre akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinin anlamlı farklılaşp farklılaşmadığını tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Öğrencilerin akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkisi ve bu ilişkinin çeşitli değişkenler açısından belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca akademik erteleme davranışının algılanan stres düzeyinin yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular

Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

"Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeylerinin dağılımları nasıldır?" alt problemine yönelik olarak elde edilen bulgular Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Madde		5	4	3	2	1	x	SS	Düzyey
1.Derslerimi düzenli olarak çalışırım.	f	21	97	138	76	25	3,04	1,001	BBY
	%	5,9	27,2	38,7	21,3	7,0			
2.Ödevlerimi/projelerimi genellikle son belirlenen tarihte yetiştiririm.	f	79	78	84	73	43	3,22	1,322	BBY
	%	22,1	21,8	23,5	20,4	12,0			
3.Daha keyifli şeyler yapmak için ders çalışmayı erken bırakırım.	f	28	62	140	92	35	2,88	1,061	BBY
	%	7,8	17,4	39,2	25,8	9,8			
4.Sınavlardan önce konuları tekrar etmeye zamanım kalır.	f	48	133	116	41	19	3,42	1,032	BÇY
	%	13,4	37,3	32,5	11,5	5,3			
5.Ne zaman dersin başına otursam aklıma yapmam gereken başka işler gelir.	f	42	63	95	113	44	2,85	1,199	BBY
	%	11,8	17,6	26,6	31,7	12,3			
6.Önemli olsalar bile sınavlara çalışmayı gereksiz yere son güne bırakırım.	f	30	52	75	102	98	2,48	1,264	BÇAY
	%	8,4	14,6	21,0	28,6	27,5			
7.Derslere hazırlanarak gelirim.	f	27	68	98	101	63	2,70	1,183	BBY
	%	7,6	19,0	27,5	28,3	17,6			

8.Sıkıcı derslere çalışmayı son ana bırakırım.	f	61	70	119	67	40	3,13	1,226	BBY
	%	17,1	19,6	33,3	18,8	11,2			
9.Herhangi bir dersle ilgili verilen okumaları derse okumuş olarak gelirim	f	33	79	113	86	46	2,91	1,159	BBY
	%	9,2	22,1	31,7	24,1	12,9			
10.Ders çalışırken bir şey yapmak, birisiyle konuşmak, çay ya da kahve içmek vb. için sık sık ara veririm.	f	34	63	101	103	56	2,76	1,192	BBY
	%	9,5	17,6	28,3	28,9	15,7			
11.Ödevlerimi/projelerimi zamanında teslim ederim.	f	186	85	60	18	8	4,18	1,030	BÇY
	%	52,1	23,8	16,8	5,0	2,2			
12.Tarihi önceden bildirilmiş olsa bile sınav günü yaklaştığında önceliği olmayan başka işlerle uğraştığım olur.	f	20	43	105	103	86	2,46	1,145	BBY
	%	5,6	12,0	29,4	28,9	24,1			
13.Kendime bir ders çalışma programı hazırlamışsam ona uyarım.	f	30	83	110	77	57	2,87	1,187	BBY
	%	8,4	23,2	30,8	21,6	16,0			
14.Önemli derslere çalışmayı bile son güne bırakırım.	f	20	26	85	100	126	2,20	1,162	BÇAY
	%	5,6	7,3	23,8	28,0	35,3			
15.Çalışmayı son güne bıraktığım için başarısız olduğum derslerim olur.	f	29	40	102	107	79	2,53	1,186	BÇAY
	%	8,1	11,2	28,6	30,0	22,1			
16.Ödevlerimi/projelerimi zamanında yetiştiremem.	f	6	9	35	88	219	1,59	,891	BHY
	%	1,7	2,5	9,8	24,6	61,8			
17.Bir sınavdan önce sınavla ilgili konuları her yönüyle çalışmış olurum.	f	37	130	114	62	14	3,32	1,005	BBY
	%	10,4	36,4	31,9	17,4	3,9			
18.Ödevlerimi/projelerimi yapmayı önemsiz gerekçelerle son güne bırakırım.	f	19	34	79	92	133	2,20	1,191	BÇAY
	%	5,3	9,5	22,1	25,8	37,3			
19.Ben derslerimi çalışmayı son ana bırakan ancak bir dahaki sefere çalışmaya zamanında başlayacağım diyen bir öğrenciyim.	f	57	51	87	87	75	2,80	1,353	BBY
	%	16,0	14,3	24,4	24,4	21,0			
Toplam:							2,81	0,440	BBY

(BHY: Beni hiç yansıtmıyor; BÇAY: Beni çok az yansıtmıyor; BBY: Beni biraz yansıtmıyor; BÇY: Beni çoğunlukla yansıtmıyor; BTY: Beni tamamen yansıtmıyor.)

Tablo 4'e göre, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ölçeğinin toplamından aldıkları puan ortalaması $\bar{x}=2,81$ 'dir Buna göre üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzey puanlarının 'Beni biraz yansıtmıyor' düzeyinde ve akademik erteleme düzeylerinin orta düzeye yakın olduğu görülmektedir. Tablo 4'e göre, öğrencilerin yaklaşık %52'si "Ödevlerimi/projelerimi zamanında teslim ederim." maddesine beni tamamen yansıtmıyor şeklinde cevap vermiştir. Öğrencilerin %62'si ise "Ödevlerimi/projelerimi zamanında yetiştiremem." maddesine beni hiç yansıtmıyor şeklinde cevaplamışlardır.

İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

“Üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzey dağılımları nasıldır?” alt problemine yönelik olarak elde edilen bulgular Tablo 5’te yer almaktadır.

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Stres Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Madde		4	3	2	1	0	\bar{x}	SS	Düzyey
1.Geçen ay, beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle ne sıklıkta rahatsızlık duydunuz?	f	43	96	160	35	23	2,28	1,015	B
	%	12,0	26,9	44,8	9,8	6,4			
2.Geçen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi ne sıklıkta hissettiniz?	f	48	109	146	39	15	2,38	0,989	B
	%	13,4	30,5	40,9	10,9	4,2			
3.Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta sınırlı ve stresli hissettiniz?	f	82	136	108	24	7	2,73	0,954	OS
	%	23,0	38,1	30,3	6,7	2,0			
4.Geçen ay, ne sıklıkta gündelik zorlukların üstesinden başarıyla geldiniz?	f	7	10	164	136	40	1,46	0,805	NHZ
	%	2,0	2,8	45,9	38,1	11,2			
5.Geçen ay, hayatınızda ortaya çıkan önemli değişikliklerle etkili bir şekilde başa çıktığınızı ne sıklıkta hissettiniz?	f	3	34	187	99	34	1,64	0,814	B
	%	,8	9,5	52,4	27,7	9,5			
6.Geçen ay, kişisel sorunlarınızı ele alma yeteneğinize ne sıklıkta güven duydunuz?	f	5	36	157	113	46	1,55	0,890	NHZ
	%	1,4	10,1	44,0	31,7	12,9			
7.Geçen ay, her şeyin yolunda gittiğini ne sıklıkta hissettiniz?	f	36	67	176	64	14	2,13	0,955	B
	%	10,1	18,8	49,3	17,9	3,9			
8.Geçen ay, ne sıklıkta yapmanız gereken şeylerle başa çıkamadığınızı fark ettiniz?	f	27	88	172	55	15	2,16	0,921	B
	%	7,6	24,6	48,2	15,4	4,2			
9.Geçen ay, hayatınızdaki zorlukları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?	f	6	36	207	87	21	1,77	0,773	B
	%	1,7	10,1	58,0	24,4	5,9			
10.Geçen ay, ne sıklıkta her şeyin üstesinden geldiğinizi hissettiniz?	f	9	41	180	101	24	1,75	0,840	B
	%	2,5	11,5	51,0	28,3	6,7			
11.Geçen ay, ne sıklıkta kontrolünüz dışında gelişen olaylar yüzünden öfkeleniniz?	f	49	119	145	35	9	2,46	0,934	OS
	%	13,7	33,3	40,6	9,8	2,5			
12.Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta başarmak zorunda olduğunuz şeyleri düşünürken buldunuz?	f	108	135	99	11	4	2,93	0,895	OS
	%	30,3	37,8	27,7	3,1	1,1			

13.Geçen ay, ne sıklıkta zamanınızı nasıl kullanacağınızı kontrol edebildiniz?	f	10	48	180	91	28	1,78	0,877	B
	%	2,8	13,4	50,4	25,5	7,8			
14.Geçen ay, ne sıklıkta problemlerin üstesinden gelemeyeceğiniz kadar biriktiğini hissettiniz?	f	42	98	140	60	17	2,25	1,023	OS
	%	11,8	27,5	39,2	16,8	4,8			
Toplam:							2,09	0,510	B

(HZ: Hiçbir zaman; NHZ: Neredeyse hiçbir zaman; B: Bazen; OS: Oldukça sık; ÇS: Çok sık)

Tablo 5'e göre, üniversite öğrencilerinin algılanan stres ölçeğinin toplamından aldıkları puan ortalaması $\bar{x}=2,09$ 'dur. Buna göre üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzey puanlarının "Bazen" düzeyinde ve algılanan stres düzeylerinin orta düzeye yakın olduğu görülmektedir. Öğrencilerin yaklaşık %30'u başarmak zorunda oldukları şeyleri çok sık düşündüklerini ifade etmişlerdir. Öğrencilerin yaklaşık %46'sı bazen gündelik zorlukların üstesinden başarıyla geldiklerini belirtmişlerdir.

Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

"Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ve algılanan stres düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?" alt problemine yönelik olarak verilerin normal dağılması nedeniyle t-testi yapılmıştır. Tablo 6'da t-testinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Gruplarına Göre Akademik Erteleme ve Algılanan Stres Düzeylerindeki Farklılığın Belirlenmesine Yönelik T-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	SS	df	T	P	Etki Değeri
Akademik Erteleme	Kadın	218	53,2339	8,101	355	-0,827	,409	
	Erkek	139	53,9856	8,781				
Algılanan Stres	Kadın	218	30,2339	6,609	355	3,182	,002*	,028
	Erkek	139	27,7986	7,694				

*p<.05

Tablo 6'ya göre üniversite öğrencilerinin toplam puan üzerinden cinsiyet gruplarına göre akademik erteleme davranış düzeyleri incelendiğinde bu davranışın cinsiyet gruplarında (T=0,827, p=,409; p>0,05) anlamlı olarak farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin cinsiyet gruplarında (T=3,182, p=,002; p<0,05) kadın öğrenciler lehine anlamlı şekilde farklılaştığı belirlenmiştir. İki ortalama arasındaki farkın büyüklüğünü analiz etmek için etki büyüklüğü hesaplanmıştır (Can, 2022). Yapılan etki büyüklüğü hesabına göre değer ,028 olarak bulunmuştur. Buna göre düşük bir etkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

"Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ve algılanan stres düzeyleri yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?" alt problemine yönelik olarak verilerin normal dağılması sebebiyle tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. ANOVA sonucuna ait bulgular Tablo 7'de yer almaktadır.

Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Yaş Gruplarına Göre Akademik Erteleme ve Algılanan Stres Düzeylerindeki Farklılığın Belirlenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Yaş Grubu	N	X	SS	Gruplar	df	X ²	F	p
-----------	---	---	----	---------	----	----------------	---	---

Akademik Erteleme	18-20	172	53,4419	8,55270	Grup arasında	2	5,286	,075	,928
	21-25	137	53,7299	8,29910	Grup içi	354	70,397		
	26-40	48	53,2500	8,04905					
Algılanan Stres	18-20	172	29,9070	7,09769	Grup arasında	2	99,204	1,956	,143
	21-25	137	29,0730	6,80683	Grup içi	354	50,724		
	26-40	48	27,6667	8,04332					

Tablo 7’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ölçeği ($F=0,075$; $p=,928$; $p>0,05$) ve algılanan stres düzeyleri ölçeğinden ($F= 1,956$; $p=,143$; $p>0,05$) elde ettikleri toplam puanlar yaşa göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır.

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ve algılanan stres düzeyleri öğrenim kademesi gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” alt probleminde ilişkin verilerin normal dağılım göstermesi sebebiyle tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Tablo 8’de analiz sonuçları yer almaktadır.

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Öğrenim Kademesi Gruplarına Göre Akademik Erteleme ve Algılanan Stres Düzeylerindeki Farklılığın Belirlenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Öğrenim Kademesi	N	X	SS	Gruplar	df	X ²	F	P	Etki Büyüklüğü	Farkın Kaynağı
Akademik Erteleme	1	49	49,89	8,73	Grup arasında	2	425,556	6,256	,002*	,178	1-2 1-3
	2	278	53,91	8,15	Grup içi	354	68,022				
	3	30	55,86	8,30							
Algılanan Stres	1	49	27,38	6,75	Grup arasında	2	106,248	2,096	,124		
	2	278	29,64	7,12	Grup içi	354	50,685				
	3	30	29,10	7,65							

* $p<0,05$

Not: 1: Ön lisans; 2: Lisans; 3: Lisansüstü

Tablo 8’deki bulgulara göre üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ölçeği toplam puanlarının, öğrenim görülen kademelere göre ($F=6,256$; $p=,002$; $p<0,05$) gruplar arasında anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla varyansların homojen dağılması nedeniyle çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi yapılmıştır. Buna göre ön lisans öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve lisans ile lisansüstü öğrencilerin akademik erteleme davranışları arasında ön lisans öğrenciler lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ön lisans öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyi ölçeğinden aldıkları ortalama puan, lisans ve lisansüstü öğrencilerinin aldıkları ortalama puandan daha düşüktür. Etki büyüklüğü ise ,178 olarak düşük düzeyde bulunmuştur. Algılanan stres düzeylerinde ise öğrencilerin öğrenim kademesine ($F=2,096$; $p=,124$; $p>0,05$) göre anlamlı olarak farklılaşmadığı saptanmıştır.

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ve algılanan stres düzeyleri sınıf düzeyi gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” alt problemine yönelik olarak verilerin normal dağılımı sebebiyle tek yönlü varyans analizi yapılmıştır ve analize ait sonuçlar Tablo 9’da gösterilmektedir.

Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyi Gruplarına Göre Akademik Erteleme ve Algılanan Stres Düzeylerindeki Farklılığın Belirlenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

	Öğretim Kademesi	N	X̄	SS	Gruplar	df	X ²	F	p
Akademik Erteleme	1.Sınıf	133	53,2632	9,00159	Grup arasında	3	61,242	,874	,455
	2.Sınıf	107	53,6542	8,31582					
	3.Sınıf	67	52,6716	7,77406	Grup içi	353	70,106		
	4.Sınıf	50	55,1000	7,46762					
Algılanan Stres	1.Sınıf	133	29,5489	7,88503	Grup arasında	3	6,221	,121	,948
	2.Sınıf	107	29,2150	6,77680					
	3.Sınıf	67	28,9254	6,22145	Grup içi	353	51,377		
	4.Sınıf	50	29,2200	7,15225					

Tablo 9’a göre üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ölçeği toplam puanlarının ($F=,874$; $p=,455$; $p>0,05$) ve algılanan stres düzeylerinin ($F=,121$; $p=,948$; $p>0,05$) sınıf düzeyi gruplarına göre farkın anlamlı olmadığı görülmüştür.

Dördüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” alt problemine ilişkin elde edilen bulgular Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışı ile Algılanan Stres Düzeyi Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Akademik Erteleme		Algılanan Stres Düzeyi
	r	0,296
Akademik Erteleme	p	,000**
	N	357

** $p<.01$

Tablo 10’a göre üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu ($p=,000$; $p<0,01$) ve düşük düzeyde pozitif ($r=0,296$) yönlü bir ilişki olduğu söylenebilir. Korelasyon katsayısı 0,70 -1,00 arasında ise yüksek ilişki; 0,70-0,30 arasında ise orta ilişki ve 0,30- 0,00 arasında ise düşük ilişkinin var olduğu ifade edilebilir (Büyüköztürk, 2019, s.32). Buna göre üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları arttıkça algılanan stres düzeylerinin de bir miktar arttığı söylenebilir.

Beşinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinde cinsiyet gruplarında anlamlı bir ilişki var mıdır?” alt problemine yönelik olarak elde edilen bulgular Tablo 11’de yer almaktadır.

Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Gruplarında Akademik Erteleme ile Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Cinsiyet		Algılanan Stres Düzeyi	
Kadın	Akademik Erteleme	r	,283
		p	,000**
		N	218
Erkek	Akademik Erteleme	r	,340
		p	,000**
		N	139

**p<.01

Tablo 11’de üniversite öğrencilerinin cinsiyet gruplarına göre akademik erteleme – algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkiye ait korelasyon sonuçları incelendiğinde üniversitede öğrenim gören kadın öğrencilere ait akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkisi ile erkeklere ait akademik erteleme ile algılanan stres düzeyindeki ilişki anlamlı, (p=,000; p<0,01) pozitif yönde ve düşük düzeydedir. Bu durumda cinsiyet akademik erteleme-algılanan stres düzeyi arasındaki ilişkinin yordayıcılarından biridir.

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinde yaş gruplarında anlamlı bir ilişki var mıdır?” alt problemine ilişkin bulgular Tablo 12’de yer almaktadır.

Tablo 12. Üniversite Öğrencilerinin Yaş Gruplarında Akademik Erteleme ile Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Yaş Grubu		Algılanan Stres Düzeyi	
18-20	Akademik Erteleme	r	,306
		p	,000**
		N	172
21-25	Akademik Erteleme	r	,340
		p	,000**
		N	137
26-40	Akademik Erteleme	r	,163
		p	,267
		N	48

**p<.01

Tablo 12’ye göre 18-20 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin (p=,000; p<0,01) ve 21-26 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin (p=,000; p<0,01) akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkileri arasında anlamlı, pozitif yönde ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Ancak, 26-40 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin (p=,267; p>0,01) akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkileri arasında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinde sınıf düzeyleri gruplarında anlamlı bir ilişki var mıdır?” alt problemine ilişkin elde edilen bulgular Tablo 13’te verilmektedir.

Tablo 13. Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyi Gruplarında Akademik Erteleme ile Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Sınıf Düzeyi	Algılanan Stres
--------------	-----------------

		Düzeyi	
1.Sınıf	Akademik Erteleme	r	,365
		p	,000**
		N	133
2.Sınıf	Akademik Erteleme	r	,298
		p	,000**
		N	107
3.Sınıf	Akademik Erteleme	r	,017
		p	,891
		N	67
4.Sınıf	Akademik Erteleme	r	,395
		p	,005**
		N	50

** p<.01

Tablo 13'e göre üniversite 1. sınıf (p=,000; p<0,01, r=0,365), 2. sınıf (p=,000; p<0,01, r=0,298) ve 4. sınıf (p=,005; p<0,01, r=0,395) öğrencilerinin akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkileri arasında anlamlı, pozitif yönde ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Üniversitede 3. sınıfta okuyan öğrencilerin (p=,891; p>0,05) akademik erteleme ile algılanan stres düzeyi arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

"Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ve algılanan stres düzeylerinde kademe gruplarında anlamlı bir ilişki var mıdır?" alt problemine yönelik olarak elde edilen bulgular Tablo 14'te yer almaktadır.

Tablo 14. Üniversite Öğrencilerinin Kademe Gruplarında Akademik Erteleme ile Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyon Sonuçları

Öğrenim Kademesi		Algılanan Stres Düzeyi	
Ön lisans	Akademik Erteleme	r	,440
		p	,002**
		N	49
Lisans	Akademik Erteleme	r	,254
		p	,000**
		N	278
Lisansüstü	Akademik Erteleme	r	,330
		p	0,75
		N	30

**p<.01

Tablo 14'deki korelasyon sonuçları incelendiğinde ön lisans öğrencilerinin (p=,002; p<0,01; r=0,440) akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkileri arasında pozitif yönde anlamlı ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Lisans öğrencilerinin (p=,000; p<0,01; r=0,254) akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkileri arasında pozitif yönde anlamlı ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Lisansüstü öğrencilerin ise (p=0,75; p>0,05) akademik erteleme-algılanan stres düzeyi ilişkileri arasında ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

Altıncı Alt Probleme İlişkin Bulgular

“Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri, algılanan stres düzeylerini yordamakta mıdır?” alt problemine yönelik olarak elde edilen bulgular Tablo 15’te yer almaktadır.

Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranış Düzeyleri ve Algılanan Stres Düzeyleri Arasındaki Regresyon Analizi Sonuçları

Yordanan Değişken	Yordayan Değişken	R	R ²	F	B	β	t	p
Akademik Erteleme Davranışı	Algılanan Stres Düzeyi	,296	,088	34,102	,347	,296	5,840	,000**

**p<.01

Tablo 15’teki üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının algılanan stres düzeylerinin ne şekilde yordadığını ortaya koymak için yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda akademik erteleme ile algılanan stres düzeyi arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir (p=,000; p<0,01; R=0,296, R²=0,88). Üniversite öğrencilerin sergilemiş oldukları akademik ertelemenin algılanan stres düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Akademik erteleme düzeyi, algılanan stresin 0,088 (yaklaşık %9)’ini açıklamaktadır (Cohen; 1988, akt. Ocak, vd., 2017).

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeylerinin arasındaki ilişkinin ele alındığı bu çalışmada 357 üniversite öğrencisinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri belirlenmiş ve akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeylerinin; cinsiyet, yaş, öğrenim kademesi ve sınıf düzeyine göre farklılaşma durumları incelenmiştir. Öğrencilerin akademik erteleme davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişki cinsiyet, yaş, sınıf ve öğrenim görülen kademe açısından incelenmiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının algılanan stres düzeyleri üzerinde anlamlı bir yordayıcı olup olmadığı analiz edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri orta düzeye yakındır. Öğrencilerin çoğu düzenli olarak çalıştığını, projeleri son tarihten önce tamamladıklarını, derslere hazırlanmış olduklarını, varsa bir ders programına uyduklarını ve sınavdan önce sınavla ilgili konulara her yönüyle çalıştıklarını belirtmişlerdir. Bunun yanında, daha keyifli işler yapmak için çalışmayı bazen erken bıraktıklarını ve ders çalışırken sık sık mola verdiklerini de ifade etmişlerdir. Bu çalışmanın sonucu ile örtüşen diğer çalışmalarda da öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri orta düzeyde saptanmıştır (Demir, 2024; Sarıkaya Aydın ve Koçak, 2016). Üniversite öğrencileri arasında akademik erteleme sık rastlanan bir olgudur bunun altında yatan birden fazla faktör bulunmaktadır. Stres ise başta gelen faktörlerden biridir ve üniversite öğrencilerinin zaman zaman stres yaşamaları çok olağandır (Kağan vd., 2010). Ancak sürekli yaşanan akademik ertelemenin öğrenciler üzerinde olumsuz etkileri olabilmektedir. Akademik erteleme, başarı ve üretkenliğe engel olmaktadır (Çakıcı, 2003). Akademik erteleme davranışından kaçınan bireylerin akademik performansları yüksek olurken kaygı düzeyleri az olmaktadır. Bu da uzun vadede bireylerin hayatlarında başarılı ve mutlu olmalarını sağlar. Bu nedenle, öğrencilere akademik erteleme sonucunda karşılaşılabilecekleri olumsuz durumlar anlatılmalı ve bu konuda farkındalık sağlanmalıdır.

Üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeyleri orta düzeye yakındır. Öğrencilerin çoğu beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle bazen rahatsızlık duyduklarını, hayatlarındaki zorlukları

bazen kontrol edebildiklerini, bazen her şeyin üstesinden gelebildiklerini ve ortaya çıkan önemli değişikliklerle bazen etkili bir şekilde başa çıkabildiklerini ifade etmişlerdir. Bu bulgulardan hareketle öğrencilerin çoğunun zorluklarla zaman zaman başa çıkabildikleri söylenebilir. Bu araştırmanın sonucu ile paralellik gösteren çalışmalarda da öğrencilerin algılanan stres düzeylerinin orta seviyede olduğu bulunmuştur (Çalışkan, vd., 2018; Durgun vd., 2021; Şahin, 2018). Algılanan stres düzeyinin orta seviyede olmasının hem olumlu hem de olumsuz yanları olabilmektedir. Öğrenciler, streslerini kontrol altında tutup stresi bir fırsata çevirerek akademik performanslarına olumlu yansıtabilirlerse algılanan stres olumlu sonuçlanabilir. Ancak, stresi kontrol etmede başarısız olurlarsa, akademik performanslarında da başarısızlık yaşayabilirler. Stresle başa çıkma yollarını öğrenerek bu durumun üstesinden gelmeleri hem akademik hem de hayat boyu kendilerine yarar sağlayacaktır.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Araştırmada ulaşılan bu bulgu akademik erteleme ile cinsiyet arasında farklılığının olmadığı tespit edilen diğer çalışmalar ile desteklenmektedir (Demir ve Kutlu, 2017; Karabıyık Çeri, vd., 2015; Korur, 2022; Uzun Özer, 2009). Alanyazında akademik erteleme ile cinsiyet arasında anlamlı bir farkın olduğu bulgusuna ulaşan çalışmalara rastlamak da mümkündür (Akkaya, 2007; Balkıs, vd., 2006; Çelikkaleli ve Akbay, 2013; Gür vd., 2018; Şirin ve Duman, 2018; Uzun Özer ve Ferrari, 2009; Yayıcı ve Düşmez, 2016). Bu çalışmanın sonucuna göre cinsiyetin üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeyleri ile aralarında anlamlı bir farklılık yoktur.

Bu çalışmanın sonucuna göre, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarında sınıf ve yaşın bir etkisi bulunmamaktadır. Akkaya (2007) ve Korur (2022) da araştırmalarında öğrencilerin akademik erteleme düzeylerinde, yaş grupları ve sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir. Literatürde akademik erteleme ve sınıf grupları arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Ekşi ve Dilmaç (2010), Çelikkaleli ve Akbay (2013) ve Yayıcı ve Düşmez (2016) çalışmalarında akademik erteleme davranışlarının sınıf değişkeni açısından anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır. Farklı örneklemeler üzerinde çalışmaların olması nedeni ile yaş ve sınıf düzeyleri açısından literatürde farklı sonuçlar yer almaktadır.

Bu çalışmada, akademik erteleme davranışının öğrenim görülen kademe gruplarında anlamlı farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu farklılığın ön lisans-lisans ve ön lisans-lisansüstü grupları arasında olduğu saptanmıştır. Bu durum, ön lisans, lisans ve yüksek lisans kademelerinde akademik görev ve sorumlulukların birbirinden farklı olması ve buna bağlı olarak da öğrencilerin göstermiş oldukları akademik erteleme davranışlarının ve yaşadıkları stres durumlarının farklılığından kaynaklanıyor olabilir. Lisansüstü öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri, lisans ve ön lisans öğrencilerinden daha fazladır. Bunun ilk göze çarpan nedeni ise lisansüstü öğrencilerinin hafta içinde iş hayatında olmaları ve ailesel sebeplerden dolayı akademik işlere daha az zaman ayırmalarıdır. Ma, vd., (2022)'nin yüksek lisans öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, akademik erteleme davranışlarının yüksek seviyede olduğunu belirlemiştir. Yüksek lisans öğrencileri aynı zamanda, akademik ertelemenin kendilerine belli derecede sıkıntı verdiğini ve kendilerinde stres yarattığının farkında olduklarını ifade etmişlerdir.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeyleri cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Kadın öğrencilerin algılanan stres düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde algılanan stres düzeyinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği çalışmalara rastlanmıştır. Mena Freire, vd. (2023) de akademik stres üzerine yaptığı çalışmada bu araştırmanın sonuçlarına paralel olarak farklılığın kadın öğrenciler lehine olduğunu tespit etmiştir. Cinsiyetler arasındaki bu farklılık, erkek öğrencilerin kullanmakta oldukları stresle başa çıkma yöntemlerinin farklı olmasından kaynaklanıyor olabilir. Kadınların erkeklere göre daha duygusal olmaları ve akademik başarıya daha fazla önem vermeleri sebebiyle

stres duygusunu daha yoğun yaşıyor olabilirler. Barthaburu, vd., (2015) ise mevcut araştırma sonuçlarından farklı olarak algılanan stres ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgusuna ulaşmıştır.

Bu çalışmanın bir diğer sonucuna göre, üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeylerinde sınıf, yaş ve öğrenim kademesinin bir etkisi bulunmamaktadır. Kesen ve Akyüz (2015) ve Durmuş ve Gerçek'in (2019) çalışmalarında da bu çalışmanın sonucu ile örtüşen sonuçlar elde edilmiş ve sınıf ve yaş değişkenlerine göre öğrencilerin algılanan stres düzeylerinde anlamlı farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır. Özgan, vd. (2008) de algılanan stresin üniversite öğrencilerinin yaşları açısından anlamlı farklılaşmadığını tespit etmişlerdir. Üniversite öğrencilerinin yaşlarının hemen hemen birbirine yakın olması ve benzer ortamda eğitim görmeleri nedeni ile algılanan stres düzeyleri üzerinde yaşın bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılabilir.

Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışları arttıkça algılanan stres düzeyleri de artmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde konuyla ilgili benzer çalışmaların var olduğu ve bu çalışma bulgularının mevcut çalışmayı destekler nitelikte olduğu belirlenmiştir. Riaz ve Saif (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmada üniversite öğrencilerinin akademik erteleme ve stres düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmuştur. Covid-19 salgını sürecinde hemşirelik bölümünde okuyan öğrencilerin akademik erteleme davranışları ile stres düzeyleri arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada da öğrencilerin akademik davranışları ile algılanan stres düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Durgun, vd., 2021). Bu çalışma ile benzer ancak araştırmaya konu olan iki ana değişkenin bağımlı ve bağımsız olarak farklı ele alındığı bir başka çalışmada ise üniversite öğrencilerinin sahip olduğu stres düzeylerine göre akademik erteleme davranışlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmış ve stres düzeyinin akademik erteleme davranışı üzerinde etkili olduğu yorumu yapılmıştır (Akdoğan, 2013). Bu sonuca göre belli bir akademik birikim ve deneyime sahip üniversite öğrencilerinin akademik sorumluluklarının farkında olarak erteleme davranışını gerçekleştirdiklerinde stres yaşadıkları ifade edebilir.

Ayrıca bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranış düzeyleri ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişki cinsiyet, yaş, sınıf ve kademe değişkenleri açısından incelenmiştir. Cinsiyet gruplarına göre akademik erteleme–algılanan stres düzeyleri arasındaki korelasyon kadın ve erkek gruplarında anlamlı bulunmuş, korelasyon değerleri baz alındığında erkek öğrencilerin akademik erteleme ile algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin ($r=340$) kadın öğrencilerinkinden ($r=283$) daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmaya konu olan iki değişken ilişkisinin yaş gruplarında sadece 18-20 ve 21-25 grupları arasında anlamlı olduğu, 26-40 yaş grubunda anlamlı olmadığı görülmüştür. Korelasyon katsayılarına bakıldığında en yüksek ilişkinin 21-26 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinde ($r=,340$); en düşük ilişkinin ise 26-40 yaş aralığındaki öğrenci grubuna ($r=,163$) ait olduğu belirlenmiştir. Sınıf düzeyi gruplarında ilişkinin 1., 2. ve 4. sınıflarda anlamlı olduğu 3. sınıfta anlamsız olduğu tespit edilmiştir. En yüksek ilişki ($r=,395$) üniversite 4. sınıf öğrencilerinde görülürken en düşük ilişkinin ($r=,17$) üniversite 3. sınıf öğrencilerinde olduğu saptanmıştır.

Kademe gruplarında ise ilişkinin sadece lisans ve lisansüstü kademelerinde anlamlı olduğu görülmüştür. En yüksek ilişkiye ön lisans kademesindeki öğrenciler sahipken ($r=,440$) en düşük ilişkinin lisans kademesindeki ($r=,254$) öğrencilere ait olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının algılanan stres düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve akademik erteleme düzeyinin algılanan stresi yaklaşık % 9 oranında yordadığı saptanmıştır. Quinn'in (2019) yaptığı çalışmada ise stresin, akademik ertelemenin güçlü bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Stresin artması aynı zamanda akademik

erteleme davranışının da sıklıkla ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Akademik erteleme ve stres bir araya geldiğinde ise akademik olarak başarısızlık kaçınılmaz bir son olarak belirmektedir. Bu nedenle, çocukluk çağlarından itibaren öğrencilere akademik anlamda sorumlulukları öğretilmeli ve akademik görevler bir alışkanlık haline getirilmelidir.

Stresin ve akademik ertelemenin akademik başarıyı olumsuz şekilde etkilediği (Demir ve Kutlu, 2017) göz önünde bulundurulursa bu duruma yönelik birtakım önlemlerin alınması, öğrencinin sahip olduğu gerçek performansı göstererek daha başarılı olmasına buna bağlı olarak motivasyonun artmasında faydalı olacaktır. Stresin kontrol edilebilirliği ve önlenebilirliği alınacak tedbirlerin etkililiği açısından umut vadetmektedir (Demir ve Kutlu, 2017). Öğrencilerin yaşadıkları stresle uygun şekillerde başa çıkıldığında öğrenciyi başarılı olmak için gereken enerjiyi vererek, öğrenciyi aktif hale getirerek pozitif durumların ortaya çıkmasına katkı sağlanır (Doğan ve Eser, 2013). Alınabilecek önlemler, akademik erteleme davranışını ortadan kaldırmaya ya da azaltmaya yönelik olabileceği gibi stresi azaltmaya ya da ortadan kaldırmaya yönelik de olabilir. Mevcut çalışmanın bulguları, akademik erteleme ve algılanan stres düzeyleri konusunda danışma ve rehberlik birimlerine ve eğitim alanında görevli kişilere bazı bilgileri sunmaktadır. Okullarda akademik erteleme davranışının ve bu davranışla ortaya çıkan stresin ortadan kaldırılmasına ve azaltılmasına yönelik çalışmaların yapılması, öğrencilere farkındalık kazandırılması ve öğrencilere gerekli şekilde yönlendirilmelerin yapılması, bu davranışın azalmasına katkı sağlayabilir. Bireylerin yaşadıkları stresin kaynaklarını bilerek farkındalık kazanmaları bunlara karşı alınabilecek önlemlerin alınması konusunda yönlendirici olabilmektedir. Ayrıca öğrencilerin yaşadıkları stresin etkisini minimum düzeye indirebilmeleri için stresle baş etme stratejileri ile ilgili konferanslar, seminerler ve eğitimler verilebilir.

Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı

Bu araştırmanın etik kurul izni, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimleri Etik Kurulu tarafından 20.12.2023 tarihli 385 No'lu karar ile alınmıştır.

Yazarların Makaleye Katkı Oranları

Yazarların makaleye katkı oranları eşittir.

Çıkar Beyanı

Bu çalışmada yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Afzal, S. & Jami, H. (2018). Prevalence of academic procrastination and reasons for academic procrastination in university students. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(1), 51-69.
- Akbaş Coşar, H. & Gedik, H. (2021). Öğretmen adaylarının sosyal medya bağımlılığı ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bayterek Uluslararası Akademik Araştırmalar Dergisi*, 4(1), 32-65. <https://doi.org/10.48174/buaad.932899>
- Akbay, S. E. & Gizir, C. A. (2010). Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: akademik güdülenme, akademik özyeterlik ve akademik yüklemeye stillerinin rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 60-78.
- Akdoğan, A. (2013). *Farklı Depresyon Anksiyete Stres Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarının İncelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Akkaya, E. (2007). *Academic Procrastination Among Faculty Of Education Students The Role Of Gender, Age, Academic Achievement, Perfectionism And Depression* [Unpublished Master Thesis]. Middle East Technical University.

- Aydoğan, D. & Özbay, Y. (2016). Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı, öz-yeterlilik açısından açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(3), 1-9.
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M. & Duru, S. (2006). Üniversite öğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 2(7), 57-73.
- Barthaburu, N., de la Paz, M. & Nasiff, J. & Gabriel, M. (2015). *Estrés percibido en estudiantes universitarios. Resultados preliminares*. Revista Trazos Universitarios.
- Bulut, R. & OcaK, G. (2017). Öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışlarını etkileyen etmenler. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 75-90.
- Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (26. Baskı). Pegem Akademi.
- Can, A. (2022). *Spss ile bilimsel araştırma sürecinde veri analizi* (10.Baskı). Pegem Akademi.
- Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Cüceloğlu, D. (1994). *İnsan ve davranışı. psikolojinin temel kavramları*. Remzi Kitabevi.
- Çakıcı, D. Ç. (2003). *Lise ve üniversite öğrencilerinde genel erteleme ve akademik erteleme davranışının incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Çalışkan, S., Aydoğan, S., Işıklı, B., Metintaş, S., Yenilmez, F. & Yenilmez Ç. (2018). Üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ve ilişkili olabilecek faktörlerin değerlendirilmesi. *Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Halk Sağlığı Dergisi*, 3(2), 40-49.
- Çelikkaleli, Ö. & Akbay, S. E. (2013). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı, genel yetkinlik inancı ve sorumluluklarının incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14(2), 237-254.
- Dedeoğlu Demir, B., Açıkgöz, D. S., Er, B. & Elghamrawy Mohamed, O. M. (2024). Hemşirelik Öğrencileri için Algılanan Stres, Biyo-Psiko-Sosyal Cevap Ve Stresle Baş Etme Davranışları. *Arel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 78-87.
- Demir, Y. & Kutlu, M. (2017). İnternet bağımlılığı, akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 61, 91-105. <https://doi.org/10.9761/JASSS7296>
- Demir, S. (2024). *Lise Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Akademik Erteleme Davranışı ve Akademik Öz Yeterlilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Dikmen, M. (2021). Üniversite öğrencilerinin gelecek beklentileri ile akademik erteleme eğilimleri üzerine bir araştırma. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 31(2), 731-743. <https://doi.org/10.18069/firatsbed.869090>
- Doğan, B. & Eser, M. (2013). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 3(4), 29-39.
- Durgun, H., Kalyoncuoğlu, B. & Avcı, A. B. (2021). Pandemi sürecinde hemşirelik öğrencilerinin akademik erteleme davranışları ile stres düzeyleri arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 9(1), 278-291. <https://doi.org/10.33715/inonusaglik.837511>
- Durmuş, M. & Gerçek, A. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Stres Durumları, Biyo-Psiko Sosyal Durumları ve Stresle Baş Etme Davranışlarını Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesine Yönelik Bir Araştırma. *The Journal of Academic Social Science*, 53(53), 616-633. <https://doi.org/10.16992/ASOS.12684>
- Ekşi, H. & Dilmaç, B. (2010). Üniversite öğrencilerinin genel erteleme, karar vermeyi erteleme ve akademik erteleme düzeylerinin sürekli kaygı açısından incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 433-450.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. & Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Fincham, F. & May, R. (2021). My stress led me to procrastinate: Temporal relations between perceived stress and academic procrastination. *College Student Journal*, 55(4), 413-421.

- Fink, G. (2010). Stress definition and history. In G. Fink (Ed.) *Stress Science Neuroendocrinology* (pp .3-9). Academic Press.
- Gay, L. R., Mills, G. E. & Airisian, P. (2012). *Educational research competencies for analysis and applications* (10th ed.). Pearson Education Inc.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference 17.0 update* (10a Edition). Pearson.
- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91-109.
- Güngör, A. B. & Koçak, O. (2020). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 397-419.
- Gür, S. H., Bakırcı, Ö., Karakaş, B., Bayoğlu, F. & Atli, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının akademik erteleme davranışları üzerindeki etkisi. *Inonu University Journal of the Graduate School of Education*, 5(10), 70-77. <https://doi.org/10.29129/inujse.466534>
- Kağan, M., Çakır, O., İlhan, T. & Kandemir, M. (2010). The explanation of the academic procrastination behaviour of university students with perfectionism, obsessive – compulsive and five factor personality traits. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 2121-2125. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.292>
- Kandemir, M., İlhan, T., Özpolat, A. R. & Palanci, M. (2014). Analysis of academic self-efficacy, self-esteem and coping with stress skills predictive power on academic procrastination. *Educational Research and Reviews*, 9(5), 146-152. <https://doi.org/10.5897/ERR2014.1763>
- Karabıyık Çeri, B., Çavuşoğlu, C. & Gürol, M. (2015). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 34, 385-394. <https://doi.org/10.9761/JASSS2721>
- Kausar, R. (2010). Perceived stress, academic workloads and use of coping strategies by university students. *Journal of Behavioural Sciences*, 20, 31-45.
- Kaya, T. (2023). *Lise Öğrencilerinin Kişisel Özellikleri, Sosyal Medya Bağımlılığı, Akademik Erteleme, Algılanan Stres ve Uyku Düzeylerinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi.
- Kesen, M. & Akyüz, B. (2015). Üniversite örgüt kültürü algılamaları ve demografik değişkenlerin algılanan stresi yordayıcı değişkenler olarak incelenmesi. *Çankırı Karatekin Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 5(1), 71-94.
- Kılıç, S. (2013). Örneklem yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-46.
- Korur, İ. (2022). *The Investigations of Scholars' Academic Procrastination Levels In Terms of Different Variables*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Yeditepe Üniversitesi.
- Kuftyak, E. V. (2022). Procrastination, stress and academic performance in students. *Arpha Proceedings*, 5, 965-974. <https://doi.org/10.3897/ap.5.e0965>
- Ma, Y., Yang, X. M., Hong, L. & Tang, R. J. (2022). The influence of stress perception on academic procrastination in postgraduate students: The role of self-efficacy for self-regulated learning and self-control. *International Journal of Digital Multimedia Broadcasting*, 2022(1), 1-11. <https://doi.org/10.1155/2022/6722805>
- Mena Freire, M. A. & Ruiz Olarte, A. M. & Vargas Espín, A del P. (2023). Diferencias de género en la percepción de estrés en universitarios en Ecuador. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 7(1), 2026-2038. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.3850
- Mergan, B., Uğraş, S. & Aktaş Üstün, N. (2023). İnternet bağımlılığının akademik erteleme davranışı üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(4), 64-77. <https://doi.org/10.33689/sportmetre.1338822>
- Mişe, H. & Hançer, A. H. (2019). Fen bilgisi öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışlarının bazı psiko-sosyal değişkenlere göre incelenmesi. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal (Smart Journal)*, 5(23), 1348-1370. <https://doi.org/10.31576/smryj.350>

- Nayak, S. G. (2019). Impact of procrastination and time-management on academic stress among undergraduate nursing students: A cross sectional study. *International Journal of Caring Sciences*, 12(3), 1480-1486.
- Ocak, G., Ocak, İ. & Kutlu Kalender, M. D. (2017). Correlation between teachers' self-efficacy and their teaching-learning conceptions. *Kastamonu Education Journal*, 25(5), 1851-1864.
- Ocak, G. (2019). Bilimsel araştırmalarda kullanılan veri toplama yolları. G. Ocak (Ed.) *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* içinde (ss. 218-272). Pegem Akademi.
- Oxford Learner's Dictionary. (n.d.). *Procrastination*. Oxford Learners Dictionaries. Retrieved December 26, 2023, from <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/procrastination?q=procrastination>
- Özer, A. & Altun, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 45-72.
- Özgan, H., Balkar, B. & Eşkil, M. (2008). Eğitim Fakültesi Öğrencileri Tarafından Sınıfta Algılanan Stres Nedenleri ve Kişisel Değişkenlerin Strese Olan Etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(24), 337-350.
- Padilla Vargas M. A. (2017). Academic procrastination: the case of Mexican researchers in psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103-120. <https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Phillips A. C. (2013) Perceived stress. In: Gellman M. D., Turner J. R. (Eds.) *Encyclopedia of behavioral medicine*. Springer.
- Qian, L. & Fuqiang, Z. (2018). Academic stress, academic procrastination and academic performance: A moderated dual-mediation model. *Journal on Innovation and Sustainability RISUS*, 9(2), 38-46. <https://doi.org/10.24212/2179-3565.2018v9i2p38-46>
- Quinn, W. (2019). *Academic procrastination: the role of stress, self-esteem, self-efficacy, age and gender on undergraduate students*. [Unpublished Bachelor Thesis]. Dublin Business School.
- Riaz, S. & Saif, A. (2017). Relationship between academic procrastination and stress: mediating role of mindfulness among university students. *Pakistan Journal of Languages and Translation Studies*. (2017), 74-86.
- Rozental, A. & Carlbring, P. (2014). Understanding and treating procrastination: A review of a common self-regulatory failure. *Psychology*, 5(13), 1488-1502. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.513160>
- Rozental, A., Forsström, D., Hussoon, A. & Klingsieck, K. B. (2022). Procrastination among university students differentiating severe cases in need of support from less severe cases. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.783570>
- Sarıkaya Aydın, K. & Koçak S. (2016). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 17-38.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Şahin, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin algılanan stres düzeylerinin fakülte türü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 28-35.
- Şahin, Ç. & Karakuş, G. (2019). Bilimsel araştırmalarda kullanılan veri toplama yolları. G. Ocak (Ed.) *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* içinde (ss. 180-216). Pegem Akademi.
- Şirin, E. F. & Duman, S. (2018). Cinsiyete göre beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: Genel erteleme ve akademik özyeterliğin rolü. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-10.

- Tagay, Ö., Çalışandemir, F. & Ünüvar, P. (2018). Genç yetişkinlerin algılanan stres düzeyleri ile akılcı olmayan inançları ve benlik saygıları arasındaki ilişki. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7, 167-175.
- Talib, N. & Zia-ur-Rehman, M. (2012). Academic performance and perceived stress among university students. *Educational Research and Review*, 7(5), 127-132. <https://doi.org/10.5897/ERR10.192>
- Tekin, H. (1996). *Eğitimde ölçme ve değerlendirme*. Yargı Yayınları.
- Türk Dil Kurumu. (n.d.). *Erteleme*. Türk Dil Kurumu Sözlükleri. Retrieved December 26, 2023, from <https://sozluk.gov.tr/>
- Türk Dil Kurumu. (n.d.). *Stres*. Türk Dil Kurumu Sözlükleri. Retrieved January 4, 2024, from <https://sozluk.gov.tr/>
- Uzun Özer, B. (2009). Bir grup lise öğrencisinde akademik erteleme davranışı sıklığı, olası nedenleri ve umudun rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(32), 12-19.
- Uzun Özer, B. & Ferrari J. R. (2009). Exploring academic procrastination among Turkish students: possible gender differences in prevalence and reasons. *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 241-257. <https://doi.org/10.3200/SOCP.149.2.241-257>
- Yang, L., Liu, Z., Shi, S., Dong, Y., Cheng, H. & Li, T. (2022). The mediating role of perceived stress and academic procrastination between physical activity and depressive symptoms among Chinese college students during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph20010773>
- Yaycı, L. & Düşmez, İ. (2016). Adolesanların akademik erteleme davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi-International Journal of Society Researches*, 6(10), 82-101.
- Yazıcıoğlu, Y. & Erdoğan, S. (2004). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Detay Yayıncılık.

EXTENDED SUMMARY

Introduction

Procrastination, which is a widespread behavior in societies, means delaying to fulfill some responsibilities or tasks for some reasons in preference to accomplish them on planned date. These reasons can be arbitrary or priority of some other tasks and responsibilities. When it comes to academic procrastination, it means postponing some academical tasks by students like doing homework or projects, studying for exams, reviewing etc. There are studies in the literature showing that academic procrastination and perceived stress are related to each other. Perceived stress means feelings and thoughts directed to stress experienced by people.

The purpose of the study is to determine the relationship between university students' academic procrastination behavior and perceived stress levels. In this context, the answers of the following sub-problems were investigated in this study:

1. What is the distribution of university students' academic procrastination levels?
2. What is the distribution of university students' perceived stress levels?
3. University students' academic procrastination and perceived stress levels;
 - a. Do they differ significantly in terms of gender?
 - b. Do they differ significantly in terms of age?
 - c. Do they differ significantly in terms of grade level?
 - d. Do they differ significantly in terms of education level?
4. Is there a significant relationship between university students' academic procrastination and perceived stress levels?
5. Is there a significant relationship between university students' academic procrastination and perceived stress levels
 - a. In gender groups?

- b. In age groups?
 - c. In grade level groups?
 - d. In education level groups?
6. Do university students' academic procrastination levels predict their perceived stress levels?

Method

In this study, a relational survey model was employed. This model examines the existence and extent of relationships between two or more variables (Gay et al., 2012). This method was used in the study because it is thought that there is a significant relationship between university students' academic procrastination behaviors and perceived stress levels. In addition, the relationship between academic procrastination and perceived stress was examined in these variable groups such as gender, age and grade level. The study population of the research consists of the students studying at a university in the Aegean Region in the fall semester of the 2023-2024 Academic Year and the sample consists of 357 students studying at different faculties and institutes of this university, at different levels and at different grade levels.

Results

The average score that university students receive from the total academic procrastination scale is $\bar{x}=2.81$. Accordingly, it is seen that university students' academic procrastination behavior level scores are at the level of 'It reflects me a little' and their academic procrastination levels are close to the medium level. The average score of university students from the total perceived stress scale is $\bar{x}=2.09$. Accordingly, it is seen that the perceived stress level scores of university students are at the "Sometimes" level and their perceived stress levels are close to the medium level.

It was found that the academic procrastination behavior did not differ significantly in terms of gender ($t=0.827$, $p=.409$; $p>0.05$) based on total score. It was observed that the stress levels of university students differed significantly in terms of gender ($t=3.182$, $p=.002$; $p<0.05$). The effect size was calculated to analyze the size of the difference between the two averages (Can, 2022). According to the effect size calculation, the value was found to be ,028. Accordingly, it was concluded that there was a low effect. The total scores obtained by the university students from the academic procrastination behavior scale ($F=0.075$; $p=.928$; $p>0.05$) and perceived stress levels scale ($F= 1.956$; $p=.143$; $p>0.05$) weren't significantly different in terms of age.

The academic procrastination behavior of the university students differed significantly between groups according to their education levels ($F=6.256$; $p=.002$; $p<0.05$). In order to determine which groups, the difference was between, Scheffe test, one of the multiple comparisons (Post-Hoc) tests, was performed due to the homogeneous distribution of variances. Accordingly, significant differences were found between the academic procrastination behaviors of associate degree students and the academic procrastination behaviors of undergraduate and graduate students. The average score of associate degree students on the academic procrastination behavior level scale was lower than the average score of undergraduate and graduate students. The effect size was found to be low at ,178. It was found that perceived stress levels did not differ significantly according to the students' education level ($F=2.096$; $p=.124$; $p>0.05$).

It was found that the academic procrastination behavior ($F=.874$; $p=.455$; $p>0.05$) and perceived stress levels ($F=.121$; $p=.948$; $p>0.05$) of the university students did not differ significantly in terms of grade. It can be said that there is a significant relationship ($p=.000$; $p<0.05$) and a low-level positive relationship ($r=0.296$) between university students' academic procrastination behavior levels and

perceived stress levels. The relationship between academic procrastination and perceived stress level for female students and the relationship between academic procrastination and perceived stress level for men are significant ($p=.000$; $p<0.05$), positive and at a low level.

There was a significant and positive relationship between academic procrastination and perceived stress level between university students aged 18-20 ($p=.000$; $p<0.05$) and university students aged 21-26 ($p=.000$; $p<0.05$). However, it was observed that there was no significant relationship between academic procrastination and perceived stress level of university students between the ages of 26-40 ($p=.267$; $p>0.05$). It was determined that there was a significant, positive and low-level relationship between academic procrastination and perceived stress level of students ($p\leq .005$, $r=0.395$) between the students studying at the 1st ($p=.000$; $p<0.05$, $r=0.365$), 2nd ($p=.002$; $p<0.05$, $r=0.298$) and 4th year ($p=.005$; $p\leq .005$, $r=0.395$). However, there was no significant relationship between academic procrastination and perceived stress level of third-year university students ($p=.891$; $p>0.05$).

It was determined that there was a positive, significant and moderate relationship between academic procrastination and perceived stress level of associate degree students ($p=.002$; $p<0.05$; $r=0.440$). There was a positive, significant and low-level relationship between academic procrastination and perceived stress level of undergraduate students ($p=.000$; $p<0.05$; $r=0.254$). Finally, the analysis revealed that there was no statistically significant relationship between academic procrastination and perceived stress levels among graduate students ($p = 0.75$; $p > 0.05$).

As a result of the simple linear regression analysis conducted to reveal how university students' academic procrastination behaviors predicted their perceived stress levels, a positive and significant relationship was observed between academic procrastination and perceived stress level ($p=.000$; $p<0.05$; $R=0.296$, $R^2=0.88$). It has been observed that academic procrastination exhibited by university students is a significant predictor of their perceived stress levels.

Discussion and Conclusion

The study found a positive, low-level correlation between the participants' academic procrastination and their perceived stress levels. It can be said that as students' academic procrastination levels increase, their perceived stress levels increase significantly. This result of the study shows similarities with the results of some studies in literature (Durgun et al., 2021; Riaz & Saif, 2017). It was also determined that university students' academic procrastination levels significantly predicted their perceived stress levels by almost 9 %. In the study conducted by Quinn (2019), it was found that stress is a strong predictor of academic procrastination. Increased stress also causes academic procrastination behavior to occur frequently. When academic procrastination and stress come together, academic failure becomes an inevitable outcome. For this reason, students should be taught academic responsibilities from childhood and academic duties should be made a habit.

The controllability and preventability of stress is promising in terms of the effectiveness of the measures to be taken (Demir & Kutlu, 2017). When students cope with the stress they experience in appropriate ways, it contributes to the emergence of positive situations by giving the student the energy needed to be successful and activating the student (Doğan & Eser, 2013). Precautions that can be taken may be aimed at eliminating or reducing academic procrastination behavior, or they may be aimed at reducing or eliminating stress.