Vietnam Journal of Community Medicine, Vol. 67, No.11, 292-296

ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG PREVENTIVE MEDICINE STUDENTS AT HANOI MEDICAL UNIVERSITY IN 2026: CURRENT STATUS AND ASSOCIATED FACTORS

Dương Đức Thịnh[1], Phạm Đình Hoan[1], Đinh Trung Hiếu[1], Bùi Đăng Khoa[1], Vũ Thị Kiều Oanh[1], Trần Thơ Nhị[2], Đinh Thái Sơn[2]

[1]Hanoi Medical University - No. 1 Ton That Tung, Kim Lien Ward, Hanoi, Vietnam
[2]School of Preventive Medicine and Public Health, Hanoi Medical University - No. 1 Ton That Tung, Kim Lien Ward, Hanoi, Vietnam

Received: 20/08/2026
Reviced: 21/09/2026; Accepted: 19/11/2026

ABSTRACT

Objectives: To describe the current status and analyze several factors associated with academic procrastination among preventive medicine students at Hanoi Medical University in 2026.

Methods: A cross-sectional descriptive study was conducted on 360 first- to sixth-year students majoring in Preventive Medicine, using the Irrational Procrastination Scale (IPS) adapted to the academic context, to assess academic procrastination. Associations between surveyed factors and total IPS score were analyzed using univariate and multivariate linear regression, with variable selection performed via a backward stepwise algorithm based on the Akaike Information Criterion (AIC).

Results: The mean IPS score of the study subjects was 26.6 ± 5.3 points. Two factors were independently associated with : level of Internet addiction ($\beta = 0.45$; $p < 0.001$) and being a fifth-year student compared to a first-year student ($\beta = 1.5$; $p = 0.049$). The model explained 53% of the variance in IPS score ($R^2 = 0.53$).

Conclusion: Preventive Medicine students had a moderate level of academic procrastination. Internet addiction and being in the fifth year of study were independently associated with academic procrastination. The university may consider periodic screening for Internet addiction and academic procrastination, with particular attention to fifth-year students, to provide timely counseling, psychological support, and time-management guidance.

Keywords: Academic procrastination, students, Preventive Medicine, IPS.

*Corresponding author
Email: trunghieu04nb@gmail.com **Phone**: (+84) 793352188 **DOI:** 10.52163/yhc.v67i11.7175

THỰC TRẠNG TRÌ HOÃN HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN NGÀNH Y HỌC DỰ PHÒNG, TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y HÀ NỘI NĂM 2026 VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN

Dương Đức Thịnh[1], Phạm Đình Hoan[1], Đinh Trung Hiếu[1], Bùi Đăng Khoa[1], Vũ Thị Kiều Oanh[1], Trần Thơ Nhị[2], Đinh Thái Sơn[2]

[1]Trường Đại học Y Hà Nội - Số 1 Tôn Thất Tùng, phường Kim Liên, thành phố Hà Nội, Việt Nam
[2]Viện Đào tạo Y học dự phòng và Y tế công cộng, Trường Đại học Y Hà Nội - Số 1 Tôn Thất Tùng, phường Kim Liên, thành phố Hà Nội, Việt Nam

Ngày nhận bài: 20/08/2026
Ngày chỉnh sửa: 21/09/2026; Ngày duyệt đăng: 19/11/2026

TÓM TẮT

Mục tiêu: Mô tả thực trạng và phân tích một số yếu tố liên quan đến trì hoãn học tập của sinh viên ngành Y học dự phòng, Trường Đại học Y Hà Nội năm 2026.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 360 sinh viên năm 1 đến năm 6 ngành Y học dự phòng, sử dụng thang đo Irrational Procrastination Scale (IPS) để đánh giá mức độ trì hoãn học tập. Mối liên quan giữa các yếu tố khảo sát và tổng điểm IPS được phân tích bằng hồi quy tuyến tính đơn biến và đa biến, chọn biến theo thuật toán từng bước lùi dựa trên tiêu chuẩn AIC.

Kết quả: Điểm IPS trung bình của đối tượng nghiên cứu là 26,6 ± 5,3 điểm. Hai yếu tố dự báo độc lập là mức độ nghiện Internet (β = 0,45; p < 0,001) và sinh viên năm 5 so với năm 1 (β = 1,5; p = 0,049). Mô hình giải thích 53% biến thiên của điểm IPS (R^2 = 0,53).

Kết luận: Sinh viên ngành Y học dự phòng, Trường Đại học Y Hà Nội có điểm trì hoãn học tập ở mức trung bình. Nghiện Internet và học năm thứ 5 là hai yếu tố liên quan độc lập với trì hoãn học tập, trong đó nghiện Internet có mối liên quan mạnh nhất. Nhà trường có thể xem xét triển khai các hoạt động sàng lọc định kỳ tình trạng nghiện Internet và mức độ trì hoãn học tập, đặc biệt chú trọng ở sinh viên năm 5, nhằm kịp thời tư vấn, hỗ trợ tâm lý và định hướng quản lý thời gian.

Từ khóa: Trì hoãn học tập, sinh viên, Y học dự phòng, IPS.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trì hoãn (procrastination) là hành vi tự nguyện làm chậm trễ một hành động hoặc quyết định dự kiến dù cá nhân nhận thức rõ hậu quả tiêu cực của sự chậm trễ đó (1). Trong môi trường học thuật, hành vi này được gọi là "trì hoãn học tập" (academic procrastination), chỉ việc sinh viên liên tục làm chậm trễ nhiệm vụ ôn thi, làm bài tập hoặc đọc tài liệu một cách không cần thiết, thường kèm cảm xúc khó chịu (2).

Trì hoãn học tập là một hiện tượng phổ biến trong môi trường đại học trên toàn thế giới. Tại Hoa Kỳ, ước tính 30-60% sinh viên thường xuyên trì hoãn các nhiệm vụ học tập (3). Trong khi đó, một khảo sát khác ghi nhận 89% sinh viên trì hoãn hơn một giờ mỗi ngày và có xu hướng gia tăng theo thời gian (4). Tại Việt Nam, nghiên cứu của Khương Quỳnh Nga trên 120 sinh viên ghi nhận hơn một nửa tự nhận thường xuyên trì hoãn học tập (34,2% đồng ý, 20,8% rất đồng ý) (5). Một nghiên cứu khác dùng thang đo IPS (Irrational Procrastination Scale) ghi nhận điểm trung bình của 341 sinh viên đạt 28,9 ± 5,4, phản ánh mức trì hoãn trung bình (6). Về các yếu tố liên quan, Rabin và cộng sự ghi nhận tuổi cao hơn ở sinh viên tương quan thuận có ý nghĩa thống kê với mức trì hoãn, phù hợp với xu hướng trì hoãn tăng theo năm học (3). Ngoài ra, nghiện Internet, nghiện điện thoại thông minh và dùng mạng xã hội quá mức đều là yếu tố dự báo có ý nghĩa thống kê của trì hoãn học tập, với tác động thuận chiều nhất quán trong đa số nghiên cứu (7–9).

Mặc dù trì hoãn học tập đã được nghiên cứu sâu rộng trên thế giới, tại Việt Nam các nghiên cứu vẫn chủ yếu tập trung vào sinh viên khối ngành xã hội và kinh tế, chưa có nghiên cứu nào trên sinh viên y dược, đặc biệt ngành y học dự phòng, dù đây là nhóm chịu áp lực học tập đặc thù với khối lượng kiến thức lớn và thời gian đào tạo kéo dài. Từ khoảng trống đó, nghiên cứu này được tiến hành nhằm mô tả thực trạng và phân tích các yếu tố liên quan đến trì hoãn học tập ở sinh viên ngành Y học dự phòng, Trường Đại học Y Hà Nội năm 2026, làm cơ sở định hướng can thiệp phù hợp, góp phần nâng cao hiệu quả đào tạo và chất lượng cuộc sống sinh viên.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng và phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu mô tả cắt ngang được thực hiện từ 5/2026 đến 6/2026 trên sinh viên ngành Y học dự phòng từ năm 1 đến năm 6 tại Trường Đại học Y Hà Nội năm học 2026, áp dụng phương pháp chọn mẫu toàn bộ trên 492 sinh viên. Nghiên cứu loại trừ các trường hợp không tiếp cận được hoặc không hoàn thiện phiếu khảo sát, thu được 360 sinh viên hợp lệ, đạt tỷ lệ phản hồi 73,2%.

2.2. Biến số nghiên cứu

Biến số phụ thuộc:

Mức độ trì hoãn của người tham gia theo thang đo IPS.

*Tác giả liên hệ
Email: trunghieu04nb@gmail.com **Điện thoại:** (+84) 793352188 **DOI:** 10.52163/yhc.v67i11.7175

Biến số độc lập:

Giới tính; năm học; nơi ở hiện tại; khả năng chi trả mỗi tháng; đi làm thêm; kết quả học tập kỳ gần nhất; thời gian đến kỳ thi hoặc hạn nộp báo cáo gần nhất; thời gian sử dụng Internet mỗi ngày; tần suất truy cập Internet mỗi ngày; mức độ nghiện Internet của người tham gia theo thang đo s-IAT.

2.3. Công cụ và kỹ thuật thu thập số liệu

Số liệu được thu thập thông qua bộ câu hỏi tự điền trên Google Forms, được gửi đến đối tượng nghiên cứu qua cán bộ lớp. Nghiên cứu sử dụng hai thang đo Trì hoãn phi lý (Irrational Procrastination Scale - IPS) do Steel phát triển năm 2010, gồm 9 mục hỏi, trong đó mục 2, 5 và 8 được tính điểm ngược chiều, đánh giá theo thang Likert 5 điểm từ 1 («Không bao giờ») đến 5 («Luôn luôn»). Tổng điểm càng cao phản ánh mức trì hoãn càng lớn. Trong nghiên cứu này, độ tin cậy Cronbach›s Alpha của thang đo là 0,8.

Thang đo Đánh giá Nghiện Internet Phiên bản Rút gọn (Short Internet Addiction Test - s-IAT) do Pawlikowski và cộng sự phát triển năm 2013, gồm 12 mục hỏi, đánh giá theo thang Likert 5 điểm từ 1 ("Không bao giờ") đến 5 ("Luôn luôn"). Tổng điểm càng cao phản ánh mức độ nghiện Internet càng nghiêm trọng. Trong nghiên cứu này, độ tin cậy Cronbach's Alpha của thang đo là 0,9.

2.4. Xử lý và phân tích số liệu

Số liệu sau khi thu thập được làm sạch, mã hóa bằng Google Sheets và phân tích bằng phần mềm R. Thống kê mô tả trình bày dưới dạng tần số, tỷ lệ phần trăm cho biến định tính và trung bình, độ lệch chuẩn hoặc trung vị, khoảng tứ phân vị cho biến định lượng tùy phân phối dữ liệu. Mối liên quan giữa các yếu tố với tổng điểm IPS được phân tích bằng hồi quy tuyến tính đơn biến, sau đó các biến có ý nghĩa được đưa vào mô hình đa biến, chọn lọc theo thuật toán từng bước lùi dựa trên tiêu chuẩn AIC. Kết quả trình bày bằng hệ số hồi quy (β), khoảng tin cậy 95% và giá trị p, với mức ý nghĩa thống kê xác định khi p < 0,05.

2.5. Đạo đức nghiên cứu

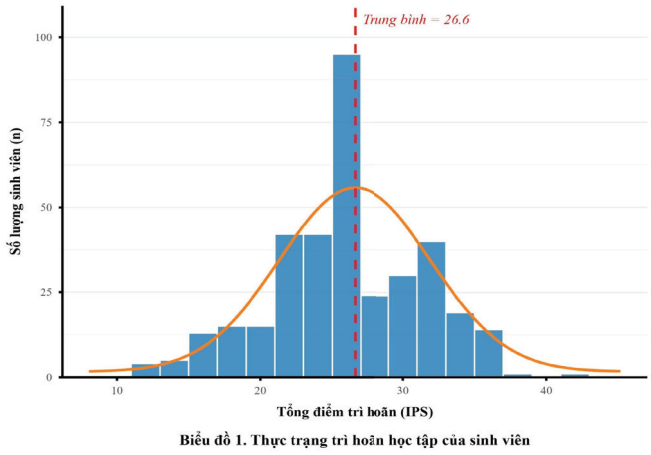
Đối tượng tham gia nghiên cứu hoàn toàn tự nguyện sau khi được cung cấp đầy đủ thông tin về nghiên cứu. Thông tin thu thập được hoàn toàn bảo mật. Nghiên cứu chỉ nhằm mục đích khoa học không nhằm mục đích khác. Kết quả thu được phản hồi với nhà trường.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Đặc điểm của đối tượng tham gia nghiên cứu (n = 360)

Đặc điểm nhân khẩu học		Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	155	43,1
	Nữ	205	56,9
Năm học	Năm 1	55	15,3
	Năm 2	91	25,3
	Năm 3	74	20,6
	Năm 4	56	15,6
	Năm 5	42	11,7
	Năm 6	42	11,7
Nơi ở hiện tại	Nhà riêng	112	31,1
	Nhà trọ/Chung cư cho thuê	182	50,6
	Ký túc xá	66	18,3
Khả năng chi trả mỗi tháng	Rất đầy đủ	48	13,3
	Đầy đủ	109	30,3
	Vừa đủ	176	48,9
	Thiếu	20	5,6
	Rất thiếu	7	1,9
Đi làm thêm	Có đi làm	141	39,2
	Không đi làm	219	60,8
Kết quả học tập kỳ gần nhất	<5,0	35	9,7
	5,0-6,4	158	43,9
	6,5-6,9	77	21,4
	7,0-7,4	47	13,1
	7,5-7,9	25	6,9
	>=8.0	18	5,0
Thời gian đến kỳ thi hoặc hạn nộp báo cáo gần nhất	< 7 ngày	134	37,2
	7-13 ngày	99	27,5
	14-20 ngày	51	14,2
	21-28 ngày	19	5,3
	Không có trong 4 tuần tới	57	15,8

Bảng 1 cho thấy trong 360 sinh viên tham gia nghiên cứu, 56,9% là nữ và 43,1% là nam. Sinh viên năm 2 chiếm tỷ lệ cao nhất (25,3%), thấp nhất là năm 5 và năm 6 (mỗi nhóm 11,7%). Đa số sinh viên thuê nhà trọ hoặc chung cư (50,6%) và tự đánh giá khả năng chi trả hằng tháng ở mức vừa đủ (48,9%) hoặc đầy đủ (30,3%), chỉ 7,5% thiếu hoặc rất thiếu. Đa số không đi làm thêm (60,8%). Về kết quả học tập kỳ gần nhất, nhóm đạt 5,0-6,4 chiếm tỷ trọng lớn nhất (43,9%), nhóm đạt từ 8,0 trở lên chỉ chiếm 5,0%. Tại thời điểm khảo sát, 37,2% sinh viên có kỳ thi hoặc hạn nộp báo cáo dưới 7 ngày tới.



Biểu đồ 1. Thực trạng trì hoãn học tập của sinh viên

Hình 1. Thực trạng trì hoãn học tập của sinh viên

Hình 1 cho thấy tổng điểm trì hoãn học tập (IPS) của sinh viên trong nghiên cứu đạt trung bình 26,6 ± 5,3 điểm, dao động từ 12 đến 43 điểm, phản ánh mức độ trì hoãn học tập ở mức trung bình. Chỉ một tỷ lệ nhỏ sinh viên có biểu hiện trì hoãn học tập ở mức rất thấp hoặc rất cao.

Bảng 2. Đặc điểm sử dụng Internet của sinh viên

Biến số	Trung vị (Med)	Khoảng tứ phân vị (IQR)	Min - Max
Thời gian sử dụng Internet mỗi ngày	6	4 - 8	1 - 24

Biến số	Trung vị (Med)	Khoảng tứ phân vị (IQR)	Min - Max
Tần suất truy cập Internet mỗi ngày	10	5 - 10	1 - 100
Tổng điểm nghiện Internet (s-IAT)	34	28 - 37	12 - 60

Bảng 2 cho thấy trung vị thời gian sử dụng Internet là 6 giờ/ngày (IQR: 4 - 8, dao động 1 - 24 giờ) và trung vị tần suất truy cập là 10 lần/ngày (IQR: 5 - 10, dao động 1 - 100 lần), chỉ ra rằng Internet đã trở thành một phần thiết yếu trong sinh hoạt của sinh viên. Điểm nghiện Internet (s-IAT) có trung vị 34 điểm (IQR: 28 - 37, dao động 12 - 60).

Bảng 3. Phân tích hồi quy tuyến tính đơn biến các yếu tố liên quan đến hành vi trì hoãn học tập của sinh viên

Các yếu tố	β	95% CI	p-value
Giới tính			
Nam	Ref		
Nữ	0,1	-1,0 - 1,2	0,823
Năm học			
Năm 1	Ref		
Năm 2	0,6	-1,1 - 2,4	0,484
Năm 3	0,4	-1,4 - 2,2	0,674
Năm 4	1,7	-0,2 - 3,7	0,081
Năm 5	2,2	0,1 - 4,4	0,037
Năm 6	3,2	1,1 - 5,3	0,003
Nơi ở hiện tại			
Nhà riêng	Ref		
Nhà trọ/Chung cư cho thuê	0,1	-1,1 - 1,4	0,865
Ký túc xá	-0,6	-2,2 - 1,1	0,501
Khả năng chi trả mỗi tháng			
Rất đầy đủ	Ref		
Đầy đủ	1,7	-0,1 - 3,4	0,069
Vừa đủ	1,9	0,2 - 3,6	0,027
Thiếu	3,9	1,1 - 6,6	0,006
Rất thiếu	-1,4	-5,6 - 2,7	0,502
Đi làm thêm			
Có đi làm	Ref		
Không đi làm	-0,2	-1,3 - 1,0	0,769
Kết quả học tập kỳ gần nhất			
<5,0	Ref		
5,0-6,4	-1,6	-3,5 - 0,4	0,117
6,5-6,9	-0,8	-2,9 - 1,4	0,487
7,0-7,4	-1,5	-3,8 - 0,8	0,201
7,5-7,9	-1,1	-3,9 - 1,6	0,417
>=8,0	0,9	-2,1 - 3,9	0,547
Thời gian đến kỳ thi hoặc hạn nộp báo cáo gần nhất			
<7 ngày	Ref		
7-13 ngày	-1,4	-2,8 - -0,04	0,044
14-20 ngày	-0,2	-1,9 -1,5	0,819
21-28 ngày	-3,3	-5,9 - -0,8	0,010
Không có trong 4 tuần tới	-0,8	-2,5 - 0,8	0,321
Thời gian sử dụng Internet mỗi ngày	0,2	0,1 - 0,4	0,002
Tần suất truy cập Internet mỗi ngày	0,05	0,0 - 0,1	0,044
Tổng điểm nghiện Internet (s-IAT)	0,46	0,4 - 0,5	<0,001

Bảng 3 cho thấy trong phân tích hồi quy đơn biến, sinh viên năm 5 và năm 6 có điểm IPS cao hơn năm 1 lần lượt 2,2 điểm (95% CI: 0,1 - 4,4) và 3,2 điểm (95% CI: 1,1 - 5,3). Nhóm đánh giá khả năng chi trả ở mức vừa đủ và thiếu có điểm IPS cao hơn nhóm rất đầy đủ lần lượt 1,9 điểm (95% CI: 0,2 - 3,6) và 3,9 điểm (95% CI: 1,1 - 6,6). Nhóm còn 7-13 ngày và 21-28 ngày đến kỳ thi hoặc hạn báo cáo có điểm IPS thấp hơn nhóm dưới 7 ngày lần lượt 1,4 điểm (95% CI: -2,8 - -0,04) và 3,3 điểm (95% CI: -5,9 - -0,8). Thời gian, tần suất sử dụng Internet và điểm s-IAT đều liên quan thuận chiều có ý nghĩa với điểm IPS ($p < 0,05$). Các yếu tố còn lại không có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$).

Bảng 4. Phân tích hồi quy tuyến tính đa biến các yếu tố liên quan đến hành vi trì hoãn học tập của sinh viên*

Các yếu tố	β	95% CI	p-value
Giới tính			
Nam	Ref		
Nữ	0,7	-0,1 - 1,4	0,098
Năm học			
Năm 1	Ref		
Năm 2	0,2	-1,1 - 1,4	0,786
Năm 3	-0,3	-1,6 - 1,0	0,633
Năm 4	0,97	-0,4 - 2,3	0,166
Năm 5	1,5	0,01 - 3,0	0,049
Năm 6	1,1	-0,4 - 2,6	0,153
Tần suất truy cập Internet mỗi ngày	0,03	-0,01 - 0,1	0,104
Tổng điểm nghiện Internet (s-IAT)	0,45	0,4 - 0,5	<0,001

*Hệ số xác định $R^2 = 0,53$ (p-value < 0,001)

Bảng 4 cho thấy trong mô hình hồi quy đa biến, chỉ còn hai yếu tố liên quan độc lập có ý nghĩa thống kê là sinh viên năm 5 và điểm s-IAT. Cụ thể, sinh viên năm 5 có điểm IPS cao hơn năm 1 là 1,5 điểm (95% CI: 0,01 - 3,0; $p = 0,049$) và mỗi đơn vị tăng của điểm s-IAT làm tăng 0,45 điểm IPS (95% CI: 0,4 - 0,5; $p < 0,001$). Mô hình có $R^2 = 0,53$ ($p < 0,001$), giải thích được 53% sự biến thiên của điểm IPS.

4. BÀN LUẬN

Điểm trì hoãn học tập (IPS) trung bình của sinh viên ngành Y học dự phòng là 26,6 ± 5,3 điểm, dao động từ 12 đến 43 điểm, tập trung quanh giá trị trung bình. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Nguyễn Ngọc Quang trên 341 sinh viên Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội (28,9 ± 5,4 điểm, dao động 15 - 44) (6). Điều này gợi ý trì hoãn học tập là hiện tượng khá phổ biến ở sinh viên đại học nói chung. So với nghiên cứu của Khương Quỳnh Nga, trong đó ghi nhận 55% sinh viên tự nhận thường xuyên trì hoãn (5), kết quả của nghiên cứu này có điểm khác biệt ở chỗ phần lớn sinh viên trì hoãn ở mức vừa phải, trong khi số trường hợp gần như không trì hoãn hoặc trì hoãn nghiêm trọng đều rất ít.

Hồi quy đa biến cho thấy nghiện Internet là yếu tố dự báo độc lập mạnh nhất của trì hoãn học tập. Mỗi đơn vị tăng điểm s-IAT làm tăng trung bình 0,45 điểm IPS (95% CI: 0,4 - 0,5; $p < 0,001$), phù hợp với các nghiên cứu trước về mối liên hệ thuận chiều giữa hai yếu tố này (7–9). Sinh viên năm 5 cũng liên quan độc lập với điểm trì hoãn (β = 1,5; 95% CI: 0,01 - 3,0; $p = 0,049$), phù hợp với Rabin và cộng sự rằng tuổi học cao hơn tương quan thuận với mức

trì hoãn (3). Điều này có thể do sinh viên năm 5 chịu áp lực thực tập lâm sàng, học phần chuyên ngành nặng và chuẩn bị tốt nghiệp, gây quá tải nhận thức, cảm xúc, dễ dẫn đến né tránh. Phân tích đơn biến ghi nhận cả năm 5 (β = 2,2; p = 0,037) và năm 6 (β = 3,2; p = 0,003) có điểm trì hoãn cao hơn năm 1, nhưng sau hiệu chỉnh chỉ năm 5 còn ý nghĩa thống kê. Điều này gợi ý sinh viên năm 6 có thể đã thích nghi tốt hơn hoặc được thúc đẩy bởi áp lực tốt nghiệp.

Đây là một trong số ít nghiên cứu về trì hoãn học tập ở sinh viên ngành Y học dự phòng tại Việt Nam, góp phần bổ sung bằng chứng cho nhóm đối tượng còn ít được nghiên cứu. Tuy nhiên, do thiết kế cắt ngang, nghiên cứu không thể xác định mối quan hệ nhân quả giữa các yếu tố khảo sát và hành vi trì hoãn học tập. Ngoài ra, dù áp dụng chọn mẫu toàn thể, nghiên cứu chỉ thu thập được 73,2% quần thể mục tiêu, có thể gây sai lệch không đáp ứng và làm giảm tính đại diện của kết quả. Cần có thêm các nghiên cứu về trì hoãn học tập ở nhóm sinh viên khối ngành sức khỏe để bổ sung bằng chứng trong lĩnh vực này. Kết quả nghiên cứu này có thể được sử dụng làm cơ sở tham khảo cho các nghiên cứu tiếp theo và định hướng hoạt động hỗ trợ sinh viên trong học tập.

5. KẾT LUẬN

Sinh viên ngành Y học dự phòng, Trường Đại học Y Hà Nội có điểm trì hoãn học tập tập trung quanh giá trị trung bình, với nghiện Internet và năm học thứ 5 là hai yếu tố liên quan độc lập, trong đó nghiện Internet đóng vai trò dự báo trung tâm. Cần ưu tiên tích hợp đánh giá và can thiệp tình trạng nghiện Internet vào chương trình hỗ trợ sinh viên, Cần tiếp tục nghiên cứu về trì hoãn học tập ở sinh viên khối ngành sức khỏe. Kết quả nghiên cứu này có thể là cơ sở tham khảo cho các nghiên cứu tiếp theo.

6. TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1] Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychol Bull. January 2007;133(1):65–94. doi:10.1037/0033-2909.133.1.65

[2] Solomon LJ, Rothblum ED. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. J Couns Psychol. October 1984;31(4):503–9. doi:10.1037/0022-0167.31.4.503

[3] Rabin LA, Fogel J, Nutter-Upham KE. Academic procrastination in college students: The role of self-reported executive function. J Clin Exp Neuropsychol. 8 March 2011;33(3):344–57. doi:10.1080/13803395.2010.518597

[4] Klassen RM, Krawchuk LL, Rajani S. Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. Contemp Educ Psychol. October 2008;33(4):915–31. doi:10.1016/j.cedpsych.2007.07.001

[5] Khương QN. Causes and effects of procrastination behavior in learning: A study on first-year students at the Faculty of International Education, VNU University of Languages and International Studies. VNU J Foreign Stud. 28 November 2025;41(2S (Special Issue)):124–38. doi:10.63023/2525-2445/jfs.ulis.5289

[6] Nguyen QN, La TTT, Phan MT, Ninh TD. The relationships between the satisfaction of basic psychological needs, academic motivation, and academic procrastination among students. PsyArXiv; 2020. Https://osf.io/2wjc6_v1 doi:10.31234/osf.io/2wjc6

[7] Sarfo JO, Amoadu M, Ansah E. Internet Addiction among College Students from 20 Countries: Scoping Review of Risk Factors and Impact on Academic Procrastination and Sleep Quality. Int J Media Inf Lit. 26 December 2023;8:382-400. doi:10.13187/ijmil.2023.2.382

[8] Mohammadi M, Tahriri A, Hassaskhah J. The Relationship between Internet Use and Academic Procrastination of EFL Learners across Years of Study. Int J Appl Linguist Engl Lit. 1 February 2015;4. doi:10.7575/aiac.ijalel.v.4n.1p.231

[9] Nadarajan S, Hengudomsub P, Wacharasin C. The role of academic procrastination on Internet addiction among Thai university students: A cross-sectional study. Belitung Nurs J. 28 August 2023;9(4):384–90. doi:10.33546/bnj.2755