

Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Karakteristik Mahasiswa Semester Awal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

¹Anak Agung Istri Shita Darmajayanti, ²Anak Agung Ayu Lila Paramasatiari, ³I Gusti Rai Tirta

¹Mahasiswa, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, shitadarmajayanti@gmail.com

^{2,3}Dosen, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa
shitadarmajayanti@gmail.com

Abstrak

Stres merupakan gangguan psikiatri yang paling sering terjadi di kalangan masyarakat termasuk mahasiswa. Mahasiswa semester awal akan mengalami perubahan dari masa SMA ke perguruan tinggi yang dapat memicu terjadinya stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat stres berdasarkan karakteristik yang meliputi jenis kelamin, alasan memilih fakultas kedokteran, tempat tinggal selama perkuliahan, asal SMA, dan prestasi akademik. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa semester awal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. Sampel ditentukan menggunakan teknik total sampling yang berjumlah 157 orang. Pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner yang terdiri dari kuesioner DASS-42 dan kuesioner karakteristik responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa semester awal Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa mengalami stres ringan sebanyak 26 orang (16,7%), yang mengalami stres sedang sebanyak 39 orang (25%), yang mengalami stres parah sebanyak 15 orang (9,6%), dan yang mengalami stres sangat parah sebanyak 7 orang (4,5%). Hasil penelitian berdasarkan karakteristik didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang berjenis kelamin perempuan mengalami stres sedang (27,9%), sebagian besar responden yang memilih fakultas kedokteran dengan minat sendiri mengalami stres sedang (29%), sebagian besar responden yang tinggal bersama orang tua mengalami stres sedang (23,2%), sebagian besar responden yang asal sekolah Denpasar mengalami stres ringan (27,4%), dan sebagian besar responden yang mendapat peringkat sangat memuaskan mengalami stres sedang (28,2%).

Kata kunci: Stres, Tingkat Stres, Mahasiswa.

Abstract

Stress is a psychiatry disorder that most often occurs in the community, including students. Early semester students will experience changes from high school to college which can trigger stress. This study aims to identify stress levels based on characteristics including gender, reasons for choosing medical school, place of residence during lectures, origin of high school, and academic achievement. The research method used is descriptive research. The population in this study were students in the first semester of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Warmadewa University. The sample was determined using a total sampling technique of 157 people. Data collection was done by distributing questionnaires consisting of the DASS-42 questionnaire and the respondent characteristics questionnaire. The results showed that the first semester students of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Warmadewa University experienced light stress as many as 26 people (16.7%), who experienced moderate stress as many as 39 people (25%), who experienced severe stress as many as 15 people (9.6 people). %, and who experienced very severe stress as many as 7 people (4.5%). The results of the research based on the characteristics showed that most of the female respondents experienced moderate stress (27.9%), most of the respondents who chose the medical faculty with their own interests experienced moderate stress (29%), most of the respondents who lived with their parents experienced moderate stress (23.2%), most respondents from Denpasar school experienced mild stress (27.4%), and most respondents who scored very satisfactorily experienced moderate stress (28.2%).

Keywords: Stress, Stress Level, Student.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi batin yang berada dalam keadaan tenteram dan tenang, sehingga seseorang dapat menikmati kehidupan.⁽¹⁾ Kesehatan mental yang terganggu dapat berpengaruh kedalam kehidupan sehari-hari, seperti dapat merusak interaksi, menurunkan prestasi, dan menurunkan produktivitas kerja.⁽²⁾ Masalah kesehatan mental dapat berupa stres, kecemasan, dan depresi.⁽³⁾ Stres merupakan suatu kondisi yang terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan kondisi psikologis, biologis, atau sosial.⁽⁴⁾ Cranwell-Ward mengemukakan bahwa stres adalah suatu reaksi fisiologi dan psikologi yang terjadi jika pemikiran seseorang tidak seimbang dengan tuntutan yang dibebankan.⁽⁵⁾

Mahasiswa semester awal merupakan mahasiswa yang sedang mengalami transisi. Berdasarkan teori perkembangan psikososial Erikson, pada fase ini seseorang akan menjalani proses pencarian identitas diri.⁽⁶⁾ Tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa semester awal dapat memicu stres bagi mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Inama (2021) menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa semester awal yaitu 72,1%.⁽⁷⁾ Penelitian yang dilakukan Rahmayani dan kawan-kawan didapatkan hasil 71,3% mahasiswa tahun pertama atau semester 1 mengalami stress.⁽⁸⁾ Dari hasil penelitian Rony dan kawan-kawan didapatkan hasil tingkat stres berdasarkan alasan memilih fakultas kedokteran dengan minat sendiri, yang terbanyak mengalami tingkat ringan yaitu 54,82%.⁽⁹⁾

Berdasarkan penelitian Maulana (2014) mengatakan bahwa asal sekolah menjadi pemicu stress pada mahasiswa semester awal.⁽¹⁰⁾ Berdasarkan penelitian Rizkia dan kawan-kawan mengatakan bahwa stres dapat terjadi karena mahasiswa tidak tinggal dengan orang tua, responden yang tinggal sendiri mengalami tingkat stres lebih tinggi (24,5%).⁽⁸⁾ Penelitian

Rony dan kawan-kawan didapatkan hasil bahwa prestasi akademik dapat mempengaruhi tingkat stress pada responden, tingkat stres terkait prestasi akademik yang paling banyak dialami oleh mahasiswa tahun pertama (56,63%).⁽⁹⁾

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester awal yaitu mahasiswa semester 1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa (FKIK Unwar) dengan jumlah 157 orang. Teknik sampling pada penelitian ini diambil dari total populasi dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu melalui penyebaran kuesioner kepada responden secara daring. Data pada penelitian ini dianalisis secara univariat dengan menjabarkan data secara distribusi frekuensi.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2022 yang bertempat di FKIK Unwar. Dari 157 responden terdapat 1 responden yang masuk kedalam kriteria eksklusi, sehingga total responden yang dianalisis yaitu 156 responden. Karakteristik responden yang diteliti pada penelitian ini yaitu jenis kelamin, alasan memilih Fakultas Kedokteran, tempat tinggal selama perkuliahan, asal sekolah, dan prestasi akademik.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	104	66,7
Laki-laki	52	33,3
Alasan memilih Fakultas Kedokteran		
Minat sendiri	135	86,5
Keinginan orang tua	21	13,5
Tempat tinggal selama perkuliahan		
Tinggal sendiri	31	19,9
Tinggal dengan orang tua	125	80,1
Asal sekolah		
Denpasar	84	53,8
Luar Denpasar	72	46,2
Prestasi Akademik		
Pujian	49	31,4
Sangat Memuaskan	87	55,8
Memuaskan	20	12,8
Total	156	100

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden didapatkan hasil, sebagian besar responden pada penelitian ini adalah perempuan (66,7%), sebagian besar responden pada penelitian ini memilih fakultas kedokteran berdasarkan minat sendiri (86,5%), pada saat menjalankan perkuliahan sebagian besar responden tinggal dengan orang tua (80,1%), pada penelitian ini sebagian besar responden asal sekolah berada di wilayah Denpasar (53,8%) dan pada penelitian ini, responden sebagian besar mendapatkan predikat sangat memuaskan (55,8%).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	69	44,2
Ringan	26	16,7
Sedang	39	25
Parah	15	9,6
Sangat Parah	7	4,5

Hasil penelitian terkait tingkat stres didapatkan hasil bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar mengalami stress sebanyak 87 orang (55,8%), dengan kategori terbanyak yaitu stres sedang yang berjumlah 39 orang (25%).

Tabel 3. Tingkat Stres Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin

JENIS KELAMIN	NORMAL	STRES					TOTAL
		Ringan	Sedang	Parah	Sangat Parah	Total Stres	
Perempuan	42 (40,4%)	18 (17,3%)	29 (27,9%)	9 (8,7%)	6 (5,8%)	62 (59,6%)	104 (100%)
Laki-Laki	27 (51,90%)	8 (15,4%)	10 (19,2%)	6 (11,5%)	1 (1,9%)	25 (48,1%)	52 (100%)

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan mengalami tingkat stres lebih tinggi (59,6),

dengan sebagian besar mengalami tingkat stres kategori sedang (27,9%).

Tabel 4. Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Berdasarkan Alasan Memilih Fakultas Kedokteran

ALASAN MEMILIH	NORMAL	STRES					TOTAL
		Ringan	Sedang	Parah	Sangat Parah	Total Stres	
Minat Sendiri	64 (47,40%)	22 (16,3%)	29 (21,5%)	14 (10,4%)	6 (4,4%)	71 (52,6%)	135 (100%)
Keinginan Orangtua	5 (23,80%)	4 (19%)	10 (47,6%)	1 (4,8%)	1 (4,8%)	16 (76,2%)	21 (100%)

Tabel 5. Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Berdasarkan Tempat Tinggal Selama Perkuliahan

TEMPAT TINGGAL	NORMAL	STRES					TOTAL
		Ringan	Sedang	Parah	Sangat Parah	Total Stres	
Dengan Orangtua	55 (44%)	23 (18,4%)	29 (23,2%)	11 (8,8%)	7 (5,6%)	70 (56,0%)	125 (100%)
Sendiri	14 (45,20%)	3 (9,7%)	10 (32,3%)	4 (12,9%)	0 (0%)	17 (47,2%)	31 (100%)

Tabel 4 menunjukkan responden pada penelitian ini sebagian besar masuk fakultas kedokteran oleh karena minat sendiri mengalami tingkat stress yang lebih tinggi (52,6%) dengan sebagian besar mengalami tingkat stres kategori sedang (21,5).

Tabel 5 menunjukkan bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar tinggal dengan orang tua mengalami tingkat stress lebih tinggi (56,0%), dengan sebagian besar memiliki tingkat stres kategori sedang (23,2%).

Tabel 6. Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Berdasarkan Asal Sekolah

ASAL SEKOLAH	NORMAL	STRES					TOTAL
		Ringan	Sedang	Parah	Sangat Parah	Total Stres	
Denpasar	31 (36,90%)	14 (16,7%)	23 (27,4%)	11 (5,5%)	5 (4,1%)	53 (63,10%)	84 (100%)
Luar Denpasar	38 (52,80%)	12 (16,7%)	16 (22,2%)	4 (5,6%)	2 (2,8%)	34 (47,2%)	72 (100%)

Tabel 7. Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Berdasarkan Prestasi Akademik

PRESTASI AKADEMIK	NORMAL	STRES					TOTAL
		Ringan	Sedang	Parah	Sangat Parah	Total Stres	
Pujian	22 (44,90%)	11 (22,4%)	8 (16,3%)	6 (12,2%)	2 (4,1%)	27 (55,10%)	49 (100%)
Sangat Memuaskan	40 (46%)	11 (12,6%)	24 (27,6%)	8 (9,2%)	4 (4,6%)	47 (54%)	87 (100%)
Memuaskan	7 (35%)	4 (20%)	7 (35,0%)	1 (5,0%)	1 (5,0%)	13 (65%)	20 (100%)

Tabel 6 menunjukkan sebagian besar responden yang asal sekolah Denpasar mengalami tingkat stress lebih tinggi (63,1%) dan sebagian besar mengalami tingkat stres kategori sedang (27,4%). Table 7 menunjukkan sebagian besar

responden yang mendapatkan predikat sangat memuaskan memiliki tingkat stress yang lebih tinggi (54%) dengan sebagian besar mengalami tingkat stres kategori sedang (27,6%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian tingkat stres mahasiswa semester awal FKIK Unwar mendapatkan hasil bahwa responden yang mengalami stres sebanyak 87 orang (55,8%) dan sebagian besar mengalami stres kategori sedang sebanyak 39 orang (25%). Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Rahmayani (2019) mengatakan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres yang sedang (48%).⁽⁸⁾ Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Puapitha (2018) mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat stres sedang (37,7%).⁽¹¹⁾ Mahasiswa kedokteran memiliki berbagai macam kegiatan yang dapat memicu stress.⁽¹²⁾ Mahasiswa kedokteran semester awal harus menghadapi pola pembelajaran yang berbeda dari SMA. Mahasiswa kedokteran dituntut bisa membagi waktu dengan baik dan juga perlu memiliki kepercayaan diri untuk mencapai hasil maksimal oleh karena itu mahasiswa harus bisa bertanggung jawab terhadap tugas yang dikerjakan. Mahasiswa akan merasa stres jika tidak bisa bertanggung jawab terhadap tugas-tugas yang dibebankan.⁽¹³⁾

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin mahasiswa semester awal FKIK Unwar menemukan hasil, sebagian besar responden yang berjenis kelamin perempuan mengalami tingkat stres sedang sebanyak 29 orang (27,9%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Inama (2021) mengataka bahwa sebagian besar responden perempuan mengalami tingkat stres sedang (61,1%).⁽⁷⁾ Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Ambawati (2019) yang mengatakan jenis kelamin perempuan lebih dominan mengalami stres (33,6%).⁽¹⁴⁾ Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Kaplan & Sadock yang mengatakan bahwa stres lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki karena adanya perbedaan stresor dan perbedaan hormonal.⁽⁴⁾

Hasil penelitian berdasarkan alasan

memilih Fakultas Kedokteran sebagian besar mahasiswa semester awal FKIK Unwar memilih Fakultas Kedokteran berdasarkan minat sendiri dan mengalami tingkat stres sedang (21,5%). Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Farhan (2017) yang mengatakan bahwa sebagian besar responden yang masuk fakultas kedokteran dengan keinginannya sendiri mengalami stress (79,3%).⁽¹³⁾ Hasil penelitian mengatakan bahwa alasan memilih fakultas dengan minat sendiri tidak sepenuhnya akan membuat mahasiswa memiliki pencapaian hasil belajar yang baik. Pencapaian hasil belajar mahasiswa dapat dipengaruhi oleh motivasi belajar. Menurunnya motivasi belajar pada mahasiswa oleh karena faktor dari dalam diri atau faktor luar diri akan mengakibatkan pencapaian hasil belajar mahasiswa tersebut tidak baik maka akan memicu terjadinya stress.⁽¹³⁾

Hasil penelitian berdasarkan tempat tinggal selama perkuliahan, sebagian besar mahasiswa semester awal FKIK Unwar tinggal dengan orang dan mengalami tingkat stres sedang sebanyak 29 orang (23,2%). Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Hamzah (2020) didapatkan hasil responden sebagian besar tinggal dengan orangtua memiliki tingkat stres sedang (30,8%).⁽¹⁵⁾ Hasil penelitian menunjukkan bahwa walaupun mahasiswa tinggal dengan orang tua, namun masih banyak mahasiswa yang mengalami stres, hal ini disebabkan oleh karena banyaknya tugas yang diterima dan sulit membagi peran didalam lingkungan keluarga.⁽¹⁵⁾ Sumber stres dapat berasal dari keluarga yang dapat terjadi karena adanya masalah terkait perselisihan anggota keluarga ataupun masalah keuangan atau finansial dapat memicu terjadinya stres pada mahasiswa.⁽¹⁶⁾ Penelitian ini dikatakan sejalan, dikarenakan sebagian besar responden tinggal dengan orang tua, jika terjadi masalah dalam keluarganya dapat memicu terjadinya stress.

Hasil penelitian berdasarkan asal sekolah, sebagian besar mahasiswa

semester awal FKIK Unwar asal sekolahnya berada di wilayah Denpasar dan mengalami tingkat stres sedang sebanyak 23 orang (27,4%). Stres dapat dipicu oleh karena adanya permasalahan didalam keluarga. Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian Farhan (2016) mengatakan bahwa responden sebagian besar asal sekolahnya berada di wilayah tempat mahasiswa menjalankan kuliah mengalami stres dengan tingkat stres berat (86,5%).⁽¹³⁾ Hasil penelitian ini sebagian besar mahasiswa asal sekolah berada di wilayah Denpasar, maka dari itu responden sebagian besar tinggal dengan orang tua. Stres yang dialami responden yang tinggal dengan orangtua dapat bersumber dari adanya masalah yang terjadi di dalam keluarga.

Hasil penelitian berdasarkan prestasi akademik, sebagian besar mahasiswa semester awal FKIK Unwar mendapatkan predikat sangat memuaskan dengan tingkat stres sedang sebanyak 24 orang (27,6%). Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian terdahulu menunjukkan hasil bahwa mahasiswa yang mendapatkan IPK sangat memuaskan memiliki tingkat stress sedang (65,88%).⁽¹⁷⁾ Stres yang dialami mahasiswa kedokteran dapat bersumber dari tekanan akademik. Tekanan akademik dapat berupa beban tugas yang banyak, materi yang banyak, hasil ujian yang tidak sesuai dengan yang diharapkan, tingginya ekspektasi orangtua kepada anaknya, kekhawatiran terhadap masa depan atau masa yang akan datang.⁽¹⁸⁾ Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian tersebut, karena sebagian besar responden mendapat predikat sangat memuaskan dengan tingkat stres sedang. Hal tersebut dapat berasal dari tekanan akademik yang akan menyebabkan munculnya stres akademik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa Mahasiswa semester awal FKIK Unwar yang mengalami stres sebanyak 87 orang (55,8%) dengan sebagian besar mengalami

tingkat stres sedang sebanyak 39 orang (25%). Berdasarkan jenis kelamin, responden sebagian besar mengalami tingkat stres sedang sebanyak 29 orang (27,9%), berdasarkan alasan memilih fakultas kedokteran, responden sebagian besar mengalami tingkat stres sedang sebanyak 29 orang (21,5%), berdasarkan tempat tinggal selama perkuliahan, responden sebagian besar mengalami tingkat stres sedang sebanyak 29 orang (23,2%), berdasarkan asal sekolah, responden sebagian besar mengalami tingkat stres sedang sebanyak 23 orang (27,4%), dan berdasarkan prestasi akademik, responden sebagian besar mengalami tingkat stres sedang sebanyak 24 orang (27,6%).

Peneliti berikutnya diharapkan dapat menyempurnakan penelitian ini dengan meneliti karakteristik lainnya yang dapat memicu terjadinya stress pada mahasiswa semester awal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada pihak yang membantu dalam pelaksanaan penelitian ini serta kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga seluruh penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian kesehatan. Pengertian Kesehatan Mental. 2018; Available from: <https://promkes.kemkes.go.id/pengertian-kesehatan-mental>
2. Godinic D, Obrenovic B, Khudaykulov A. Effects of Economic Uncertainty on Mental Health in the COVID-19 Pandemic Context: Social Identity Disturbance, Job Uncertainty and Psychological Well-Being Model. *Int J Innov Econ Dev.* 2020;6(1):61–74.
3. Sarah Graham, PhD1, 2, Colin Depp, PhD1, 2, 3, Ellen E. Lee, MD1, 2, 3, Camille Nebeker E, MS4, Xin Tu, PhD1, 2, Ho-Cheol

- Kim, PhD5, Dilip V. Jeste, M.D.1, 2
6. Artificial Intelligence for Mental Health and Mental Illnesses: An Overview. *Physiol Behav.* 2019;21(11).
4. Barseli M, Ifdil I, Fitria L. Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelit Guru Indones.* 2020;5(2):95.
5. Jenita Doli Tine Donsu. Psikologi Keperawatan [Internet]. 1st ed. 2017. Available from: http://ucs.sulselib.net//index.php?p=show_detail&id=154764
6. Van Doeselaar L, Becht AI, Klimstra TA, Meeus WHJ. A Review and Integration of Three Key Components of Identity Development: Distinctiveness, Coherence, and Continuity. *Eur Psychol.* 2018;23(4):278–88.
7. Inama S. Gambaran tingkat stres mahasiswa fakultas kedokteran universitas sumatera utara dalam sistem pembelajaran daring pada era pandemi covid-19. Skripsi. 2021;46.
8. Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *J Kesehat Andalas.* 2019;8(1):103.
9. Wahyudi R, Bebasari E, Nazriati E. Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama. *J Ilmu Kedokt.* 2017;9(2):107.
10. Maulana Z, Soleha T, Saftarina F, Siagian J. Perbedaan tingkat stres antara mahasiswa tahun pertama dan tahun kedua di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Major.* 2014;3(4):154–62.
11. Puspitha FC, Sari MI, Oktaria D, Kedokteran F, Lampung U, Kedokteran BP, et al. Hubungan Stres Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Major [Internet].* 2018;7(3):24–33. Available from: [http://repository.lppm.unila.ac.id/12588/1/farras%2C merry%2C dwita majority.pdf](http://repository.lppm.unila.ac.id/12588/1/farras%2C%20merry%2C%20dwita%20majority.pdf)
12. Ragab EA, Dafallah MA, Salih MH, Osman WN, Osman M, Miskeen E, et al. Stress and its correlates among medical students in six medical colleges: an attempt to understand the current situation. *Middle East Curr Psychiatry [Internet].* 2021;28(1). Available from: <https://doi.org/10.1186/s43045-021-00158-w>
13. Najmi FA, Ichlas I, Noneng E. Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Achmad Yani Angkatan 2016. Fk Unjani [Internet]. 2017;1–10. Available from: https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=gambaran+paktor+stres+pada+mahasiswa&oq=gambaran+paktor+stres+pada+mahasiswa%0Ahttp://repository.unjani.ac.id%0Ahttps://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=gambaran+paktor+stres+pada+
14. Ambarwati PD, Pinilih SS, Astuti RT. THE DESCRIPTION OF STRES LEVELS IN COLLEGE STUDENT. 2017;5(5).
15. B H, Hamzah R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Stikes Graha Medika. *Indones J Heal Sci.* 2020;4(2):59.
16. Farhan OY, Fikri, Hidayat A. Hubungan antara religiusitas dengan stres pada anggota brimbod Polda Riau. *An-nafs J Fak Psikol.* 2018;12(1):12–21.
17. Suwartika I, Nurdin A, Ruhmadi E. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik

- Mahasiswa. Soedirman J Nurs [Internet]. 2014;9(3):173–89. Available from: <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/185/86gmbran>
18. Siregar IK, Putri SR. Hubungan Self-Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa. *Cons Berk Kaji Konseling dan Ilmu Keagamaan*. 2020;6(2):91.