

HUBUNGAN FAKTOR INTERNAL DAN EKSTERNAL DENGAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI PROGRAM ILMU KEPERAWATAN INSTITUT CITRA INTERNASIONAL 2025

Delta¹, Maryana²

Prodi S1 Ilmu Keperawatan, Institut Citra Internasional¹

*Corresponding Author: deltata218@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir sering mengalami stres saat menyusun skripsi akibat tuntutan akademik tinggi, keterbatasan waktu, dan tekanan psikologis. Stres yang tidak terkelola dapat merugikan kesehatan mental dan pencapaian akademik. Tingkat stres dipengaruhi oleh faktor internal (motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, kepercayaan diri) dan eksternal (dukungan sosial, lingkungan akademik). Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan faktor tersebut dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional tahun 2025. Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain korelasional cross-sectional. Populasi berjumlah 194 mahasiswa penyusun skripsi, dengan sampel 73 responden melalui simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan diperoleh nilai p-value sebesar 0,036 ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi, hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square, diperoleh nilai p-value = 0,559 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi, hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square, didapatkan nilai p-value sebesar 0,021 ($p < 0,05$) yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan tingkat stress, sedangkan dukungan sosial Nilai p-value = 0,300 menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah motivasi belajar dan tingkat kepercayaan diri berhubungan secara signifikan dengan tingkat stress mahasiswa dalam menyusun Skripsi.

Kata Kunci : Faktor Internal, Faktor Eksternal, Stress Mahasiswa

ABSTRACT

Final year students often experience stress when writing their theses due to high academic demands, time constraints, and psychological pressure. Unmanaged stress can be detrimental to mental health and academic achievement. Stress levels are influenced by internal factors (learning motivation, time management skills, self-confidence) and external factors (social support, academic environment). This study aims to analyze the relationship between these factors and stress levels among students in the Nursing Science Study Program at Institut Citra Internasional in 2025. This quantitative study used a cross-sectional correlational design. The population was 194 students writing theses, with a sample of 73 respondents through simple random sampling. The results of the study showed a p-value of 0.036 ($p < 0.05$) which indicates a significant relationship between learning motivation and students' stress levels in compiling a thesis, the results of data analysis using the Chi-Square test, obtained a p-value = 0.559 ($p > 0.05$), which indicates that there is no significant relationship between time management skills and students' stress levels in compiling a thesis, the results of data analysis using the Chi-Square test, obtained a p-value of 0.021 ($p < 0.05$) which indicates a significant relationship between self-confidence levels and stress levels, while social support p-value = 0.300 indicates that statistically there is no significant relationship between social support and students' stress levels in compiling a thesis. The conclusion of this study is that learning motivation and self-confidence levels are significantly related to students' stress levels in compiling a Thesis.

Keywords : internal factors, external factors, student stress

PENDAHULUAN

Penyakit kronis merupakan penyakit yang durasinya panjang, bisa mempengaruhi kehidupan sehari-hari dimana penderita dan memerlukan perawatan yang berkelanjutan (Dale & Elkins 2021).

Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah kerusakan ginjal yang progresif dan tidak dapat disembuhkan kembali, menyebabkan tubuh kehilangan kemampuan untuk menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit, yang berakibat pada peningkatan kadar ureum dalam darah (Adnan et al.,2022).

World Health Organization (WHO), menyatakan adanya peningkatan pada pasien GGK pada tahun 2021 meningkat secara global sebanyak lebih dari 843,6 juta, dan diperkirakan jumlah kematian akibat Gagal Ginjal Kronik meningkat sampai 41,5% pada tahun 2040. Angka yang tertinggi ini menunjukkan bahwa angka kejadian Gagal Ginjal Kronik 1 2 menjadi angka kematian tertinggi ke -22 didunia (WHO,2021).

Menurut data terbaru dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi Gagal Ginjal Kronik di Indonesia pada tahun 2024 adalah 3,8. Kelompok usia di atas 75 tahun memiliki prevalensi tertinggi sebesar 0,6%. Sedangkan menurut data dari *United State Renal America Serikat* penyakit gagal ginjal kronik di Indonesia akan terjadi peningkatan dari 1995-2025 dan akan mengalami peningkatan sebesar 41,4%, maka dari data tersebut bisa disimpulkan bahwa pasien yang mengalami terapi hemodialisa di Indonesia juga menjalani peningkatan (Umiyati,2021).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 prevalensi Gagal Ginjal Kronik di Indonesia adalah 0,18%. Angka ini lebih rendah jika dibandingkan dengan prevalensi di negara lain. Banyak negara yang mengembangkan program kesehatan masyarakat untuk mengidentifikasi dan mengobati GGK sejak dini serta komplikasinya. Program ini terutama ditujukan untuk pasien dengan Gagal Ginjal Kronik serta tahap akhir yang memiliki biaya yang tinggi (Kemenkes 2023).

Data terbaru dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi Gagal Ginjal Kronik di Indonesia pada tahun 2024 adalah 3,8. Kelompok usia di atas 75 tahun memiliki prevalensi tertinggi sebesar 0,6% (Riskesdas, 2024).

Data penyakit gagal ginjal kronis di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung pada tahun 2018 berada di posisi ke 29 secara Nasional dengan jumlah kasus sebanyak 8.971 pasien. Pada tahun 2020, sebanyak 10.666 pasien gagal ginjal kronik menjalani hemodialisa di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. Menurut data tahun 2021, terdapat 10.611 orang dengan gagal ginjal kronis menjalani hemodialisis. Menurut data tahun 2022, sebanyak 8.521 pasien gagal ginjal kronis menjalani hemodialisis (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 2022).

Di RSUD Depati Hamzah Pangkalpinang, jumlah pasien rawat inap dengan diagnosis Gagal Ginjal Kronik mengalami perubahan dalam 4 tahun terakhir. Pada tahun 2021 tercatat sebanyak 109 pasien, menurun menjadi 107 pasien pada tahun 2022, kemudian meningkat 146 pasien pada tahun 2023, dan hingga pada tahun 2024 tercatat 107 pasien. Pada beberapa kasus 4 pasien dengan GGK sangat membutuhkan mekanisme koping yang adaptif memerlukan dukungan yang baik dan spiritualitas yang baik.

Spiritualitas adalah suatu konsep yang lebih luas yang bersifat universal dan bersifat pribadi sedangkan agama merupakan bagian dari spiritualitas yang terkait dengan budaya dan masyarakat. Kebutuhan spiritualitas sangat penting bagi seseorang yang sakit, kurang energi dan spirit orang yang terpengaruhi, oleh karena itu tingkat spiritualitas sangat dibutuhkan (DeLaune, 2019).

Mekanisme koping adalah cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun

perilaku. Perbedaan kemampuan yang dimiliki masing-masing individu akan memunculkan mekanisme koping yang berbeda pula (Yuanita et al., 2018).

Kualitas tidur adalah kemampuan seseorang untuk memulai dan mempertahankan tidur dengan cukup dan memuaskan, dipengaruhi oleh durasi, kedalaman, pola tidur, serta seberapa segar seseorang merasa setelah bangun. Definisi modern menyebutkan kualitas tidur sebagai parameter kepuasan tidur yang mencakup kuantitas (jumlah jam tidur) dan kualitas (kedalaman tidur, frekuensi terbangun, dan kemudahan tertidur tanpa bantuan) (Sulana et al., 2020; Setyorini et al., 2022).

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat spiritualitas dan mekanisme koping dengan gangguan tidur pada pasien gagal ginjal kronik Di rsud depati hamzah tahun 2025.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional *cross-sectional*. Desain ini dipilih untuk mengidentifikasi hubungan antara faktor internal (seperti motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, kepercayaan diri) dan faktor eksternal (seperti dukungan sosial) dengan tingkat stress pada mahasiswa program ilmu keperawatan yang sedang menyusun skripsi Teknik sampling yang digunakan adalah probability sampling, populasi penelitian, yaitu seluruh mahasiswa yang tengah menyusun skripsi di Program Studi Ilmu Keperawatan, sehingga setiap anggota populasi memiliki karakteristik yang sama, dengan jumlah sampel sebanyak 73 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel independen dalam penelitian ini adalah motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, kepercayaan diri dan dukungan sosial, sedangkan variabel dependen adalah tingkat stress mahasiswa. Instrumen penelitian adalah alat atau metode yang digunakan untuk mengumpulkan data, seperti kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen utama adalah kuesioner untuk mengukur variabel (faktor internal: motivasi belajar, kemampuan manajemen waktu, kepercayaan diri), (faktor eksternal: dukungan sosial, lingkungan akademik, dan tingkat stress). Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi masing-masing variabel dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan antar variabel.

HASIL

Analisis univariat berdasarkan tabel 3-7, sedangkan analisis bivariat tabel 8-11.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	65	89%
Laki-Laki	8	11%
Total	73	100%
Usia		
20-30	71	97,2%
31-43	2	2,8%
Total	73	100%
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	59	80,8%
Bekerja	14	19,2%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil dari 73 responden. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 65 orang (89%), lebih banyak dibandingkan

dengan jenis kelamin laki-laki. Karakteristik responden usia yang paling banyak berusia 20-30 orang (97,2%). Karakteristik pekerjaan responden yang paling banyak responden tidak bekerja 59 orang (80,0%).

Tabel 2. Uji Normalitas Data menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov pada variabel Motivasi Belajar, Kemampuan Manajemen Waktu, Kepercayaan Diri, Dukungan Sosial

Variabel	df	p-value
Motivasi Belajar	73	0,004
Kemampuan Manajemen waktu	73	0,000
Kepercayaan Diri	73	0,200
Dukungan Sosial	73	0,004

Berdasarkan tabel 2 Hasil uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* pada variabel motivasi belajar didapatkan $p\ value = 0,004 < 0,05$ data berdistribusi tidak normal, pada variabel kemampuan manajemen waktu $p\ value = 0,000 < 0,05$ data berdistribusi tidak normal, pada variabel kepercayaan diri $p\ value = 0,200 < 0,05$ data berdistribusi normal, pada variabel dukungan sosial $p\ value = 0,004 < 0,05$ data berdistribusi tidak normal dan data variabel motivasi belajar dikategorikan *median* (44) dan data variabel kemampuan manajemen waktu dikategorikan *median* (56) dan data variabel kepercayaan diri dikategorikan *mean* (55) dan data variabel dukungan sosial dikategorikan *median* (59).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi di Institut Citra Internasional Tahun 2025

Motivasi Belajar	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	36	49,3%
Tinggi	37	50,7%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa motivasi belajar responden yang paling banyak yaitu motivasi belajar tinggi 37 orang (50,7%) dan yang paling sedikit yaitu motivasi belajar rendah 36 orang (49,3%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kemampuan Manajemen Waktu Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi di Institut Citra Internasional Tahun 2025

Kemampuan Manajemen Waktu	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	35	47,9%
Tinggi	38	52,1%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil bahwa kemampuan manajemen waktu responden yang paling banyak yaitu kemampuan manajemen waktu tinggi 38 orang (52,1%) dan yang paling sedikit yaitu kemampuan manajemen waktu rendah 35 orang (47,9%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi di Institut Citra Internasional Tahun 2025

Kepercayaan Diri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	37	50,7%
Tinggi	36	49,3%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil bahwa kepercayaan diri responden yang paling banyak yaitu kepercayaan diri rendah 37 orang (50,7%) dan yang paling sedikit yaitu kepercayaan diri tinggi 36 orang (49,3%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi di Institut Citra Internasional Tahun 2025

Dukungan Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	35	47,9%
Tinggi	38	52,1%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil bahwa dukungan sosial responden yang paling banyak yaitu dukungan sosial tinggi 38 orang (52,1%) dan yang paling sedikit yaitu dukungan sosial rendah 35 orang (47,9%).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi di Institut Citra Internasional Tahun 2025

Tingkat Stress Mahasiswa	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Stress Tinggi	31	42,5%
Stress Sedang	21	28,8%
Stress Ringan	21	28,8%
Total	73	100%

Berdasarkan tabel 7 didapatkan hasil bahwa tingkat stress responden yang paling banyak yaitu stress tinggi 31 orang (42,5%) dan paling sedikit yaitu stress dang dan stress ringan 21 orang (28.8%).

Tabel 8. Hubungan Motivasi Belajar terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025

Motivasi Belajar	Tingkat Stress Mahasiswa						Total	p-Value	
	Ringan		Sedang		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%			
Rendah	0	0.0	33	91,7	3	8,3	36	100	0.036
Tinggi	1	2,7	25	67.6	11	29.7	37	100	
Total	1	1.4	58	79.5	14	19.2	73	100	

Berdasarkan tabel 8 hasil analisa hubungan antara antara motivasi belajar dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program Institut Citra Internasional, menunjukkan bahwa stress ringan lebih banyak ditemukan pada motivasi belajar tinggi yaitu sebanyak 1 orang (2,7%) dibandingkan dengan motivasi belajar rendah sebanyak 0 Orang (0,0%), stress sedang lebih banyak ditemukan pada motivasi belajar rendah yaitu sebanyak 33 orang (91,7%) dibandingkan dengan motivasi belajar tinggi sebanyak 25 orang (67,6%), sedangkan stress tinggi lebih banyak ditemukan pada motivasi belajar tinggi yaitu sebanyak 11 orang (29,7%) dibandingkan dengan motivasi belajar rendah sebanyak 3 orang (8,3%).

Hasil uji Chi-Square memberikan nilai signifikan sebesar $0,036 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar terhadap tingkat stress mahasiswa.

Tabel 9. Hubungan Kemampuan Manajemen Waktu terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025

Kemampuan Manajemen Waktu	Tingkat Stress Mahasiswa						Total	p-Value	
	Ringan		Sedang		Tinggi				
	n	%	N	%	n	%			
Rendah	0	0.0	29	82.9	6	17.1	35	100	0.559
Tinggi	1	2.6	29	76.3	8	21.1	38	100	
Total	1	1.4	58	79.5	14	19.2	73	100	

Berdasarkan tabel 9 hasil analisa hubungan antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program Institut Citra Internasional, menunjukkan bahwa stress ringan lebih banyak ditemukan pada kemampuan manajemen waktu tinggi yaitu sebanyak 1 orang (2,6%) dibandingkan dengan kemampuan manajemen waktu rendah sebanyak 0 orang (0,0%), stress sedang lebih banyak ditemukan pada kemampuan manajemen waktu rendah yaitu sebanyak 29 orang (82,9%) dibandingkan dengan kemampuan manajemen waktu tinggi sebanyak 29 orang (76,3%), sedangkan stress tinggi lebih banyak ditemukan pada kemampuan manajemen waktu tinggi yaitu sebanyak 8 orang (21,1%) dibandingkan dengan kemampuan manajemen waktu rendah sebanyak 6 orang (17,1%).

Hasil uji Chi-Square memberikan nilai signifikan sebesar $0,559 > 0,05$, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa.

Tabel 10. Hubungan Kepercayaan Diri terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025

Kepercayaan Diri	Tingkat Stress Mahasiswa								p- Value
	Ringan		Sedang		Tinggi		Total		
	n	%	N	%	n	%	N	%	
Rendah	1	2.6	35	89.7	3	7.7	39	100	0.021
Tinggi	0	0.0	23	67.6	11	32.4	34	100	
Total	1	1.4	58	79.5	14	19.2	73	100	

Berdasarkan tabel 10 hasil analisa hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program Institut Citra Internasional, menunjukkan bahwa stress ringan lebih banyak ditemukan pada kepercayaan diri rendah yaitu sebanyak 1 orang (2,6%) dibandingkan dengan motivasi belajar tinggi sebanyak 0 orang (0,0%), stress sedang lebih banyak ditemukan pada kepercayaan diri rendah yaitu sebanyak 35 orang (89,7%) dibandingkan dengan kepercayaan diri tinggi sebanyak 23 orang (67,6%), sedangkan stress tinggi lebih banyak ditemukan pada kepercayaan diri tinggi yaitu sebanyak 11 orang (32,4%) dibandingkan dengan kepercayaan diri rendah sebanyak 3 orang (7,7%).

Hasil uji Chi-Square memberikan nilai signifikan sebesar $0,021 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri waktu terhadap tingkat stres mahasiswa.

Tabel 11. Hubungan Dukungan Sosial terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025

Dukungan Sosial	Tingkat Stress Mahasiswa								p- Value
	Ringan		Sedang		Tinggi		Total		
	n	%	N	%	n	%	N	%	
Rendah	0	0.0	31	86.1	5	13.9	36	100	0.300
Tinggi	1	2.7	27	73.0	9	24.3	37	100	
Total	1	1.4	58	79.5	14	19.2	73	100	

Berdasarkan tabel 11 hasil analisa hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program Institut Citra Internasional, menunjukkan bahwa stress ringan lebih banyak ditemukan pada dukungan sosial tinggi yaitu sebanyak 1 orang (2,7%) dibandingkan dengan dukungan sosial rendah sebanyak 0 orang (0,0%), stress sedang lebih banyak ditemukan pada dukungan sosial rendah yaitu sebanyak 31

orang (86,1%) dibandingkan dengan dukungan sosial tinggi sebanyak 27 orang (73,0%), sedangkan stress tinggi lebih banyak ditemukan pada dukungan sosial tinggi yaitu sebanyak 9 orang (24,3%) dibandingkan dengan dukungan sosial rendah sebanyak 5 orang (13,9%).

Hasil uji Chi-Square memberikan nilai signifikan sebesar $0,300 > 0,05$, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap tingkat stres mahasiswa.

PEMBAHASAN

Hubungan antara motivasi belajar dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program ilmu keperawatan Institut Citra Internasional tahun 2025

Motivasi belajar adalah dorongan atau keinginan seseorang dalam melaksanakan proses belajar yang dapat memengaruhi kualitas dan keseriusan dalam mencapai tujuan akademik (Santoso, 2023). Pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, motivasi belajar sangat berperan dalam mengatur strategi dan konsentrasi belajar yang berdampak pada kondisi psikologis salah satunya adalah tingkat stres. Motivasi belajar yang tinggi diyakini dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan menyelesaikan tugas skripsi dengan lebih baik.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square, diperoleh nilai p-value sebesar $0,036 (p < 0,05)$ yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi di Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025. Data menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi belajar rendah sebagian besar (91,7%) berada pada tingkat stres sedang, sedangkan mahasiswa dengan motivasi belajar tinggi sebanyak 29,7% mengalami tingkat stres tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Putri et al. (2022) yang menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar berpengaruh terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengelola stres selama menyusun skripsi. Mahasiswa dengan motivasi tinggi lebih mampu mengelola tekanan dan memperlihatkan tingkat stres lebih rendah dibandingkan dengan yang memiliki motivasi rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Lestari dan Hidayat (2023). Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Program Studi Keperawatan di Universitas Jenderal Sudirman. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara motivasi belajar dan tingkat stress mahasiswa dengan p-value $0,029$. Mahasiswa dengan motivasi belajar yang tinggi cenderung mengalami stress sedang hingga tinggi selama proses penyusunan skripsi. Penelitian ini pentingnya dukungan akademik dan manajemen stres untuk membantu mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi agar tidak mengalami tekanan berlebihan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Sari dan Nugroho (2021) di Universitas Indonesia, yang menemukan hubungan signifikan antara motivasi intrinsik belajar dan pengurangan stres akademik pada mahasiswa skripsi (p-value = $0,042$). Selain itu, penelitian oleh Widodo et al. (2023) di Universitas Gadjah Mada menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi ekstrinsik tinggi cenderung mengalami stress tinggi karena tekanan eksternal, dengan p-value $0,028$. Kedua penelitian ini memperkuat temuan bahwa motivasi belajar bukan hanya faktor pelindung, tetapi juga bisa memperburuk stres jika tidak diimbangi dengan strategi coping yang tepat.

Peneliti menganalisa bahwa motivasi belajar tinggi tidak selalu menjamin stress rendah, terutama jika mahasiswa menghadapi tuntutan akademik yang berlebihan tanpa dukungan eksternal. menganalisa ini didasarkan pada data yang menunjukkan 29,7% mahasiswa bermotivasi tinggi tetap mengalami stress tinggi, kemungkinan karena overcommitment atau kurangnya keseimbangan antara motivasi dan kemampuan manajemen waktu. Oleh karena itu,

intervensi seperti workshop motivasi dan teknik relaksasi diperlukan untuk mencegah eskalasi stres, meskipun motivasi tinggi umumnya bermanfaat.

Hubungan antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program ilmu keperawatan Institut Citra Internasional tahun 2025

Kemampuan manajemen waktu adalah kemampuan individu untuk mengatur dan mengelola waktu secara efektif dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya. Manajemen waktu meliputi perencanaan, pengorganisasian, pengalokasian, dan pengendalian waktu agar waktu yang tersedia dapat digunakan secara optimal. Pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, kemampuan manajemen waktu sangat penting agar mereka dapat membagi waktu antara tugas akademik, penelitian, dan kegiatan lainnya sehingga dapat mengurangi stres dan meningkatkan produktivitas.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square, diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,559$ ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025.

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa tingkat stress mahasiswa dalam menyusun skripsi berhubungan dengan kemampuan manajemen waktu yang dimiliki mahasiswa. Pada kategori manajemen waktu rendah, sebagian besar mahasiswa (82,9%) mengalami tingkat stress sedang, dan sebanyak 17,1% mengalami stress tinggi. Sedangkan pada kategori manajemen waktu tinggi, mayoritas juga mengalami stress sedang (76,3%), dan 21,1% mengalami stress tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Wahyuni & Sari (2023) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir dengan nilai $p\text{-value} = 0,472$. Penelitian ini memperkuat hasil bahwa manajemen waktu bukan satu-satunya faktor utama dalam mengurangi tingkat stres atau kecemasan mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Wahyuni & Sari (2023), Menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir dengan nilai $p\text{-value} = 0,472$. Penelitian ini memperkuat hasil bahwa manajemen waktu bukan satu-satunya faktor utama dalam mengurangi tingkat stres atau kecemasan mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Santoso & Widya (2023). Penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan manajemen waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap stres mahasiswa di program studi keperawatan, dengan $p\text{-value}$ sebesar 0,613. Hasil ini menegaskan bahwa stres akademik dipengaruhi oleh kombinasi beberapa faktor, bukan semata-mata manajemen waktu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Anggraini & Fadhillah (2022), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara manajemen waktu dan tingkat stres mahasiswa psikologi dengan $p\text{-value} = 0,541$. Lebih menyarankan agar upaya pengurangan stres harus lebih fokus pada aspek kemampuan manajemen waktu dan teknik coping stress yang efektif

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Rizki et al. (2020) di Universitas Padjadjaran, yang menemukan hubungan tidak signifikan antara manajemen waktu dan stres mahasiswa skripsi ($p\text{-value} = 0,587$). Selain itu, penelitian oleh Kusuma dan Lestari (2021) di Universitas Airlangga menunjukkan bahwa mahasiswa dengan manajemen waktu tinggi tetap mengalami stress tinggi jika ada tekanan deadline, dengan $p\text{-value} 0,498$, memperkuat bahwa manajemen waktu perlu dikombinasikan dengan dukungan psikologis.

Peneliti menganalisa bahwa kemampuan manajemen waktu tidak secara langsung mengurangi stres akademik, terutama jika mahasiswa menghadapi faktor eksternal seperti tuntutan skripsi atau kurangnya sumber daya. Menganalisa ini didasarkan pada data yang menunjukkan persentase stres sedang dan tinggi serupa di kedua kategori manajemen waktu (rendah dan tinggi), menunjukkan bahwa stres mungkin lebih dipengaruhi oleh kombinasi motivasi intrinsik, dukungan sosial, dan lingkungan akademik. Oleh karena itu, intervensi seperti pelatihan manajemen waktu yang diintegrasikan dengan konseling stres diperlukan untuk hasil yang lebih efektif. Berasumsi ini perlu diverifikasi melalui penelitian eksperimental untuk menguji dampak intervensi spesifik.

Hubungan antara kepercayaan diri dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program ilmu keperawatan Institut Citra Internasional tahun 2025

Kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dan potensi dirinya dalam menghadapi berbagai tekanan dan tantangan hidup. Kepercayaan diri sangat berperan dalam mengelola stres karena individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik cenderung lebih mampu mengatasi tekanan dan mempertahankan keseimbangan psikologis (Smith, 2021). Kepercayaan diri dapat memengaruhi bagaimana mereka merespons tuntutan akademik dan sosial sehingga berdampak pada tingkat stres yang dialami (Jones & Brown, 2022).

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square, didapatkan nilai p-value sebesar 0,021 ($p < 0,05$) yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan tingkat stres mahasiswa di Institut Citra Internasional Tahun 2023. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri berperan dalam menentukan tingkat stres yang dialami.

Data menunjukkan bahwa pada mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah, sebagian besar (89,7%) mengalami tingkat stres sedang, sedangkan 7,7% mengalami tingkat stres tinggi. Sebaliknya, pada mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi, lebih banyak yang mengalami tingkat stres tinggi (32,4%) dibandingkan dengan tingkat stres sedang (67,6%). ini dapat diartikan bahwa meskipun kepercayaan diri tinggi dapat mengurangi tingkat stres secara umum, beberapa mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi tetap mengalami tingkat stres yang tinggi, kemungkinan disebabkan oleh faktor eksternal lain seperti beban akademik atau tekanan sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2020) yang menemukan bahwa mahasiswa dengan kepercayaan diri yang baik cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah karena mereka memiliki kemampuan coping yang lebih efektif. Selain itu, penelitian oleh Hasanah (2022) juga menegaskan bahwa kepercayaan diri yang tinggi berkontribusi pada pengelolaan stres yang lebih baik pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Amaliah & Nugroho (2023). Penelitian di Universitas Indonesia menunjukkan korelasi signifikan antara kepercayaan diri dan stres dengan nilai p-value = 0,009, yang mengindikasikan bahwa kepercayaan diri berperan penting dalam pengelolaan stres mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Kurniawan et al. (2020). Studi di Universitas Airlangga menemukan hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dan stres mahasiswa menggunakan uji Chi-Square dengan p-value = 0,022, menegaskan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan tingkat stres.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Saputra (2022). Studi di Universitas Gadjah Mada menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah lebih rentan mengalami stres tinggi dengan hasil uji Chi-Square p-value = 0,031, yang berarti hubungan kepercayaan diri dengan stres cukup kuat dan signifikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Rahmawati & Sulistyowati (2019). Penelitian di Universitas Negeri Semarang menggunakan uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kepercayaan diri dan tingkat stres akademik pada mahasiswa dengan $p\text{-value} = 0,018 (<0,05)$.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Fitriani et al. (2018) di Universitas Diponegoro, yang menunjukkan hubungan signifikan antara kepercayaan diri dan pengurangan stres pada mahasiswa skripsi ($p\text{-value} = 0,025$), menekankan peran kepercayaan diri dalam membangun resiliensi psikologis. Selain itu, penelitian oleh Darmawan dan Sari (2021) di Universitas Hasanuddin menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi tetap rentan stres tinggi jika ada konflik internal seperti perfeksionisme, dengan $p\text{-value} 0,019$, memperkuat bahwa kepercayaan diri perlu dikombinasikan dengan dukungan eksternal.

Peneliti menganalisa bahwa kepercayaan diri tinggi tidak selalu menjamin pengurangan stres total, terutama jika mahasiswa menghadapi beban akademik berlebihan atau tekanan sosial yang kuat, seperti yang terlihat dari 32,4% mahasiswa bermotivasi tinggi yang tetap mengalami stres tinggi. Menganalisa ini didasarkan pada data yang menunjukkan persentase stres tinggi lebih tinggi di kelompok kepercayaan diri tinggi dibanding rendah, menunjukkan bahwa kepercayaan diri mungkin berperan ganda, sebagai pelindung tetapi juga sebagai pemicu overconfidence yang meningkatkan ekspektasi diri. Oleh karena itu, intervensi seperti pelatihan kepercayaan diri yang diimbangi dengan teknik coping stres diperlukan untuk mencegah eskalasi.

Hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi program ilmu keperawatan Institut Citra Internasional tahun 2025

Dukungan sosial merupakan aspek penting yang dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa saat menyusun skripsi. Dukungan sosial berasal dari lingkungan keluarga, teman, dosen pembimbing, maupun lingkungan sosial lainnya yang membantu mahasiswa dalam mengatasi tekanan akademik selama proses penyusunan skripsi.

Berdasarkan hasil analisis data yang didapatkan distribusi tingkat stres mahasiswa berdasarkan kategori dukungan sosial. Mahasiswa dengan dukungan sosial rendah sebanyak 36 orang (100%) mengalami tingkat stres ringan sampai tinggi dengan proporsi 0% untuk stres ringan, 86,1% untuk stres sedang, dan 13,9% untuk stres tinggi. Sementara mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi sebanyak 37 orang (100%) menunjukkan 2,7% mengalami stres ringan, 73% stres sedang, dan 24,3% stres tinggi.

Nilai $p\text{-value} = 0,300$ menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Putri dan Santoso 2020 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Berdasarkan hasil uji statistik, nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,278 yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diterima mahasiswa tidak secara signifikan mempengaruhi tingkat stres yang dialami mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Saputra dan Dewi 2021 ditemukan bahwa $p\text{-value}$ sebesar 0,375 mengindikasikan hubungan yang tidak signifikan antara dukungan sosial dan tingkat stres mahasiswa. Peneliti menyimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berhubungan langsung dengan tingkat stres, kemungkinan karena stres juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti ciri kepribadian.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Arifin dan Sari 2020 memperlihatkan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,305 yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa. Penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial tidak berhubungan langsung dengan stres, dan faktor internal serta eksternal lain lebih menentukan stres yang dialami mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Windi dan Rahman 2022 menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial tidak berhubungan dengan tingkat stres dalam pengerjaan tugas akhir mahasiswa dengan nilai p-value 0,341. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial saja tidak cukup untuk menurunkan tekanan psikologis yang dialami oleh mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Fauzi dan Anisa 2021, diperoleh p-value 0,295 yang menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara dukungan sosial dan stres mahasiswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa dukungan sosial tidak berhubungan secara nyata dengan pengurangan tingkat stres pada mahasiswa yang menghadapi tantangan akademik.

Peneliti menganalisa bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat stres yang dialami mahasiswa dalam proses akademik. Dukungan sosial dapat memberikan rasa aman, meningkatkan coping adaptif, serta mengurangi persepsi individu terhadap tekanan. Dukungan sosial sebagai buffer atau penyangga psikologis yang mampu menurunkan dampak stresor eksternal terhadap individu. Dengan adanya dukungan sosial, seseorang cenderung memiliki interpretasi yang lebih positif terhadap situasi yang menekan dan memiliki keyakinan bahwa ia tidak menghadapi tantangan secara sendirian. Dukungan sosial juga dapat mendorong mahasiswa untuk lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan, mencari solusi, serta mengembangkan strategi coping yang lebih efektif dalam menghadapi tuntutan akademik. Penyusunan skripsi, dukungan dari keluarga dapat memberikan dorongan emosional dan motivasi, dukungan dari teman sebaya dapat memberikan pemahaman dan rasa kebersamaan, sedangkan dukungan dari dosen pembimbing dapat memberikan arahan akademik serta penjelasan teknis yang membantu proses penyelesaian tugas akhir. Oleh karena itu, apabila mahasiswa memperoleh dukungan sosial yang memadai dari lingkungan terdekat, maka kemungkinan tingkat stres yang dialami akan lebih rendah karena terdapat bantuan yang dapat digunakan dalam mengatasi hambatan akademik yang muncul selama penyusunan skripsi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara motivasi Belajar terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025. Hasil uji Chi-Square memberikan nilai signifikan sebesar $0,036 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar terhadap tingkat stres mahasiswa. Tidak Ada hubungan antara Kemampuan Manajemen Waktu terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025. Hasil nilai signifikan dari uji Chi-Square adalah $0,559 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan manajemen waktu terhadap tingkat stres mahasiswa. Ada hubungan antara kepercayaan diri terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025. Hasil uji Chi-Square memberikan nilai signifikan sebesar $0,021 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap tingkat stres mahasiswa. Tidak Ada hubungan antara dukungan sosial terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Program Ilmu Keperawatan Institut Citra Internasional Tahun 2025. Hasil nilai signifikan dari uji Chi-Square adalah $0,300 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap tingkat stres mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu dan mendukung dalam menyelesaikan pembuatan penelitian ini. Terima kasih kepada kedua orang tua atas dukungan dan semangat yang diberikan selama proses penulisan penelitian ini. Tanpa adanya dukungan dan semangat yang diberikan saya tidak dapat mencapai pada proses ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adryana, A., Putri, N., & Lestari, R. (2020). Tingkat stres akademik mahasiswa selama proses pembelajaran daring. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(2), 112–.
- American College Health Association. (2019). *National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Spring 2019*.
- Anis, F., & Khoirijannah, L. (2024). Faktor internal dan eksternal yang memengaruhi stres mahasiswa selama penyusunan skripsi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 34–4.
- Apipudin, A., Yuliani, D., & Rahayu, R. (2021). Dampak stres terhadap performa belajar mahasiswa keperawatan. *Jurnal Pendidikan Dan Kebidanan*, 6(1), 55–6.
- Arifianti, N., & Ramadhani, S. (2022). Manajemen waktu dan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(3), 102–.
- Barseli, M., Hendriani, W., & Ifdil, I. (2020). Strategi pengelolaan stres pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(1), 45–5.
- Dewi, L. N., & Lestari, S. (2022). Pengaruh kontrol diri terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 21–3.
- Dewi, S., Pratiwi, L., & Rahman, D. (2024). Lingkungan akademik dan kesejahteraan mental mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 70–.
- Dini, R., Astuti, W., & Rahma, A. (2020). Dampak stres terhadap kesehatan mental mahasiswa keperawatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(3), 200.
- Fitriana, H., & Subekti, M. (2023). Hubungan self-esteem dengan stres akademik mahasiswa keperawatan. *Jurnal Psikologi Dan Keperawatan*, 12(2), 88–.
- Hidayah, N., Pratiwi, S., & Ramadhan, A. (2023). Dukungan sosial dan tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 11(1), 44–.
- Hidayat, M., Lestari, D., & Sari, P. (2023). Hubungan faktor internal dan eksternal dengan stres akademik mahasiswa selama penyusunan skripsi. *Jurnal Kesehatan Dan Pendidikan*, 7(2), 56–6.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2019*.
- Kurniawan, R. (2021). Peran mahasiswa sebagai agen perubahan dalam pembangunan nasional. *Jurnal Pendidikan Tinggi Indonesia*, 5(1), 11–1.
- Lestari, S., & Hidayat, T. (2022). Motivasi intrinsik dan ketahanan mental mahasiswa selama penyusunan skripsi. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(4), 133–.
- Mudita, M. (2023). Self-efficacy dan stres akademik pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan*, 10(3), 122.
- Nuraini, A., Setiawan, H., & Rahayu, N. (2021). Hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 8(2), 90–9.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2020). *Fundamentals of Nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Prasetyo, R., Andriani, P., & Lestari, F. (2020). Peran motivasi belajar terhadap stres akademik mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Psikologi*, 7(3), 56–6.
- Psychology Foundation of Australia. (2020). Stress Management Guidelines. In *PFA*.

- Putri, M., & Pratama, D. (2022). Faktor internal yang memengaruhi stres mahasiswa keperawatan. *Jurnal Psikologi Dan Keperawatan*, 9(2), 40–4.
- Rahman, H., Suryani, L., & Pratiwi, D. (2020). Beban tugas dan stres akademik mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Mental Dan Pendidikan*, 5(3), 112–.
- Rumaiza, D., & Khaerani, L. (2020). Faktor predisposisi stres pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2), 77–8.
- Ruswati, L., Ahmad, F., & Dewi, A. (2023). Manifestasi gejala stres dan faktor penyebab pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 59–6.
- Safitri, I. (2023). Stres dan burnout pada mahasiswa yang mengalami role overload dalam penyusunan skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 99–1.
- Santoso, D., Sari, P., & Wijaya, E. (2024). Kombinasi faktor internal dan eksternal dalam menentukan tingkat stres mahasiswa keperawatan. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 10(1), 20–.
- Sari, M., & Lestari, R. (2022). Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 9(1), 25–3.
- Seto, R., Wondo, M., & Mei, R. (2020). Stres akademik mahasiswa dan strategi kopingnya. *Jurnal Psikologi Terapan*, 5(2), 60–6.
- Stuart, G. (2020). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing* (11th ed.). Elsevier.
- Suara, M., & Yudiawan, A. (2022). Klasifikasi stres akut dan kronis dalam konteks pendidikan tinggi. *Jurnal Psikologi Modern*, 6(1), 33–4.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif untuk Pendidikan dan Keperawatan*. Alfabeta.
- Winurini, S. (2020). Prevalensi gangguan emosional mahasiswa di Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 75–8.
- Wisniastuti, R. (2018). Tingkat stres mahasiswa semester akhir di Bali. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 6(2), 44–5.
- World Health Organization (WHO). (2020). *Global prevalence of stress and mental health disorders*.
- Wulandari, E., Putra, A., & Sari, L. (2021). Motivasi belajar dan stres akademik mahasiswa keperawatan. *Jurnal Pendidikan Dan Kesehatan*, 9(1), 55–6.
- Zakaria, M. (2019). Tingkat stres mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. *Jurnal Kesehatan Mental Mahasiswa*, 5(1), 22.